



ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਸੀਰੀਜ਼ 391

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਲਿਖਾਨੁ ਹਰਿ ਤਿਨ ਕੇ ਕਾਜ ਦਯਿ ਆਂਦੇ ਰਾਸਿ
ਤਿਨ ਚੂਕੀ ਮੁਹਤਾਜੀ ਲੋਕਨ ਕੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭੁ ਅੰਗੁ ਕਰਿ ਬੈਠਾ ਪਾਸਿ

ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ

ਦੇ

‘ਅੰਦਰਿ ਨਾਮੁ ਲਿਖਾਨੁ ਹਰਿ’ ਦੀ ਵਾਰਤਾ

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ ਪਟਿਆਲਾ

ਡਾਕਘਰ ਸਨੌਰ, ਪਟਿਆਲਾ ।

ਪੰਜਾਬ (ਇੰਡੀਆ)

ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਕ

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਮਿਸ਼ਨ

ਦਸੰਬਰ 1991

ਮੁੱਲ 90 ਪੈਸੇ

‘ਗੁਰਮੁਖਿ ਕੋਟਿ ਉਧਾਰਦਾ ਦੇ ਨਾਵ ਦਕ ਕਣੀ’ ਦੇ ਗੁਰ ਫੁਰਮਾਣ ਦਾ ਅਖਰ ਅਖਰ ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਜੀਵਨ ਤੇ ਘਟਦਾ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਆਪਨਾ ਆਪ ਨਾਮ ਦੀ ਗੂੜੀ ਰੰਗਣ ਅੰਦਰ ਰੰਗਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਇਸ ਲਈ ਜੋ ਕੋਈ ਵੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਸੰਪਰਕ ਵਿਚ ਆਇਆ ਉਸੇ ਰੰਗ ਰੰਗਿਆ ਗਿਆ।

ਪਰ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਪਾਣ ਚੜੇ ਕਪੜੇ ਨੂੰ ਰੰਗਣ ਵਾਸਤੇ ਪਹਿਲਾਂ ਉਸ ਦੀ ਪਾਣ ਉਤਾਰਨੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਲਗੀ ਹਉਮੈ ਦੀ ਪਾਣ ਉਤਾਰੇ ਬਿਨਾ ਮਨ ਨਾਮ ਦੇ ਰੰਗ ਰੰਗਿਆ ਨਹੀਂ ਜਾ ਸਕਦਾ। ਗੁਰੂ ਫੁਰਮਾਣ ਹੈ।

ਹਉਮੈ ਹਉਮੈ ਮੈਂ ਮੈਂ ਵਿਚਹੁ ਖੋਵੈ

ਮੈਂ ਹਾਂ, ਇਹ ਮੇਰਾ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਜੇਹਾ ਹੋਰ ਕੋਈ ਨਹੀਂ ਇਹੋ ਮੈਂ ਦੀ ਪਕੜ (I am-ness) ਹੀ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਚੜੀ ਪਾਣ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਉਸ ਨੇ ਲਾਹੁਣਾ ਹੈ ‘ਭੋਲਿਆ ਹਉਮੈ ਸੁਰਤਿ ਵਿਚਾਰਿ-ਹਉਮੈ’ ਮਾਰਿ ਬੀਚਾਰਿ ਮਨ ਗੁਣ ਵਿਚ ਗੁਣ ਲੈ ਸਾਰਿ ਅਰਥਾਤ ਹਉਮੈ ਵਾਲੀ ਸੁਰਤੀ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਦੁਆਰੇ ਮਾਰ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਹਉਮੈ ਦੀ ਤੁਲੱਣਾ ਭੰਗਣ ਦੇ ਪੈਰੀਂ ਪੈ ਪੈਖੜ ਨਾਲ ਦਿਤੀ ਹੈ-‘ਹਉਮੈ ਪੈਖੜ ਤੇਰੇ ਮਨੈ ਮਾਹਿ (ਬਸੰਤ) ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਇਉਂ ਭੀ ਫਰਮਾਇਆ ਹੈ।

‘ਹਉਮੈ ਨਾਵੈ ਨਾਲਿ ਵਿਰੋਧ ਹੈ ਦੁਇ ਨ ਵਸਹਿ ਇਕ ਠਾਇ’ 560
ਜੇ ਮਨੁਖ ਮੈਂ ਮੇਹੀ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿਚ ਹੈ ਉਸਦੇ ਅੰਦਰ ਨਾਮ ਨਹੀਂ ਵਸ ਸਕਦਾ।
ਨਾਮ ਵੱਲ ਲਗੇ ਮਨੁੱਖ ਅੰਦਰ ਇਹ ਸਮਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

‘ਹਮ ਕਿਛੁ ਨਾਹੀ ਏਕੈ ਓਹੀ, ਆਗੈ ਪਾਛੈ ਏਕੈ ਸੋਈ’ 395
ਓਹ ਤਾਂ ਸਦਾ ਗਾਉਂਦੇ ਹਨ :

‘ਜੋ ਕਿਛੁ ਹੋਆ ਸਭ ਕਿਛੁ ਭੁੱਝੇ ਤੇ ਤੇਰੀ ਸਭ ਆਸਨਾਈ 395

ਪਰ ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ, ਬਿਨਾਂ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ਜਤਨ ਅਤੇ ਨਿਰੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਨਹੀਂ
 ਆਉਂਦੀ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਹੈ ਤਿਆਗ ਅਤੇ ਗ੍ਰਹਿਣ ਦਾ — ਅਭਿਆਸੀ ਨੇ ਕੁਝ
 ਤਿਆਗਣਾ ਅਤੇ ਕੁਝ ਗ੍ਰਹਿਣ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਮ ਤੌਰ ਤੇ ਸਰੀਰ ਦੇ
 ਸੁਆਦਾਂ ਦੀ ਪਕੜ ਵਿਚ ਹਾਂ। ਖਾਣ ਪੀਣ ਪਹਿਨਣ ਭੋਗਣ ਮਾਨ ਵਡਿਆਈ
 ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਅਤੇ ਸਮੁੱਚੇ ਤੌਰ ਅਨੰਦ ਮਈ ਤੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਜਿਉਣਾ ਚਾਹੁੰਦੇ
 ਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦੇ ਭੱਗ ਹਨ। ਇਹ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਤਾਂ ਸੁਖੀ
 ਤੇ ਬਲਵਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ ਪਰ ਇਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਆਤਮਾ ਤ੍ਰਿਪਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਆਤਮਾ
 ਬਲਵਾਨ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਨਾਮ ਦੀ ਭੁਖ ਨਾਲ 'ਸਾਚੇ ਨਾਮ ਕੀ ਲਾਗੈ ਭੂਖ' ਦਾ ਹੋਣਾ
 ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੇ ਭੁਖ ਨਾ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਖਾਧੀ ਖੁਰਾਕ ਕੋਈ ਗੁਣ ਨਹੀਂ ਕਰਦੀ
 ਸਗੋਂ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਬਦਹਜ਼ਮੀ ਜੇਹਾ ਕੋਈ ਰੋਗ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦੇਂਦੀ ਹੈ,
 ਇਉਂ ਹੀ ਨਾਮ ਦੀ ਭੁਖ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਨਾਮ ਤਥਾ ਰਾਮ ਰਾਮ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ
 ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਕੇਵਲ ਜ਼ਬਾਨ ਨਾਲ ਕਹੀ ਜਾਣਾ ਬਹੁਤਾ ਅਰਥ ਨਹੀਂ ਰਖਦਾ,
 ਗੁਰ ਵੁਛਮਾਨ ਹੈ :

ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕੋ ਕਹੈ, ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ । ਗੁਜਰੀ : ਮ: 3,491

ਪ੍ਰੇਮ ਸਹਿਤ ਨਾਮ ਬਾਣੀ ਦਾ ਗਾਉਣਾ ਸੁਣਨਾ ਹੀ ਆਤਮਾ ਦੀ ਤ੍ਰਿਪਤੀ ਕਰ
 ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ ਫੁਰਮਾਣ ਹੈ :

‘ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਵੇਲਾ ਸਚੁ ਨਾਉ’ ਵਡਿਆਈ ਵੀਚਾਰੁ’

ਜਿਸ ਨਾਮ ਦੇ ਲੈਣ ਨਾਲ ਹਿਰਦੇ ਅੰਦਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦਾ ਅਹਿਸਾਸ
 ਪੈਦਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਉਹੋ ਨਾਮ ਲੈਣਾ ਹੀ ਸਫਲ ਹੈ।

ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਮਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ - ਸੰਤ ਬਾਬਾ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਵਰਨਣ ਨਾਲ ਅਸਾਂ
 ਇਹ ਵਿਚਾਰ ਅਰੰਭਿਆ ਸੀ ਉਹ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਨਾਮ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਹੋਏ ਸਨ
 ਜਿਸ ਕਰਕੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਗਤ ਨੇ ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਨਾਮ ਰੰਗ ਅੰਦਰ ਰੰਗ ਦਿਤਾ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜਨਮ ਸੰਨ 1866 ਵਿਚ ਚੀਮਾ ਰਿਆਸਤ ਪਟਿਆਲਾ ਵਿਚ
 ਸ੍ਰ. ਕਰਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘਰ ਮਾਤਾ ਭੋਲੀ ਦੀ ਕੁਖੋਂ ਹੋਇਆ ਸੀ। 7 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ

ਵਿਚ ਆਪ ਨੂੰ ਭਾਈ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਨਿਰਮਲੇ ਦੇ ਡੇਰੇ ਭਾਈ ਬੂਟਾ ਸਿੰਘ ਜੀ ਪਾਸ ਪੜ੍ਹਨੇ ਪਾਇਆ ਗਿਆ। ਉਪਰੰਤ ਕੁਝ ਸਮਾਂ ਆਪਣੇ ਪਿਤਾ ਦੇ ਡੰਗਰਾਂ ਨੂੰ ਭੀ ਚੁਗਾਉਂਦੇ ਰਹੇ। ਕਈ ਵਾਰ ਘਰੋਂ ਗੁੜ ਦੀ ਭੇਲੀ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਡੰਗਰ ਚੁਗਾਉਣ ਆਏ ਹੋਰ ਛੇੜ੍ਹਿਆਂ ਵਿਚ ਵੰਡ ਦੇਂਦੇ। ਜਦੋਂ ਜਵਾਨ ਹੋਏ ਤਾਂ ਸੰਨ 1883 ਵਿਚ ਫੌਜ ਵਿਚ ਭਰਤੀ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਕੋਹਾਟ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ। ਮਾਤਾ ਪਿਤਾ ਵਲੋਂ ਵਿਆਹ ਲਈ ਜੋਰ ਪਾਇਆ ਗਿਆ ਤਾਂ ਕਹਿਣ ਲਗੇ

‘ਸਾਨੂੰ ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਦਾ ਹੁਕਮ ਵਿਆਹ ਕਰਾਉਣ ਦਾ ਨਹੀਂ।’

ਆਪ ਕੋਹਾਟ ਛਾਉਣੀ ਵਿਚ ਹੀ ਸਨ, ਜਦੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਛਕਣ ਦੀ ਪ੍ਰੇਰਣਾ ਹੋਈ। ਕਈ ਹੋਰ ਸਾਥੀ ਭੀ ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਏ ਅਤੇ ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਮਰਯਾਦਾ ਪੂਰਬਕ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆਂ ਪਾਸੋਂ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦੀ ਦਾਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ। ਫਰਵਰੀ ਸੰਨ 1888 ਵਿਚ ਪਲਟਨ ਦੀ ਬਦਲੀ ਡੇਰਾ ਗਾਜੀ ਖਾਂ ਹੋ ਗਈ। ਉਸ ਸਮੇਂ ਸੰਤ ਜੀ ਬਤੋਰ ਸਿਪਾਹੀ ਪਲਟਨ ਦੇ ਗਰੇਡੀ ਬਾਬਾ ਜੋਧ ਸਿੰਘ ਦੀ ਅੜਦਲ ਵਿਚ ਸਨ। ਆਪ ਬਾਬਾ ਜੀ ਦੀ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸੇਵਾ ਕਰਦੇ ਰਹੇ। ਬਾਬਾ ਜੀ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਕਈ ਕਈ ਘੰਟੇ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਤੇ ਬਾਬਾ ਜੀ ਨੇ ਪਰੇਮ ਨਾਲ ਸਮਝਾਇਆ ਕਿ ਗੁਰਮਤ੍ਰ ਦੇ ਆਸਰੇ ਹੀ ਪਉੜੀ ਪਉੜੀ ਸੁਫਤਿ ਸ਼ਬਦ ਵਿਚ ਲਿਵਲੀਨ ਕਰੀਦਾਂ। ਅਭਿਆਸ ਕਰਦਿਆਂ ਧਿਆਨ ਸਦਾ ਗੁਰ ਮੰਤਰ ਦੇ ਸਰੂਪ ਤੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਰਖੀਦਾ ਹੈ। ਬਾਬਾ ਜੋਧ ਸਿੰਘ ਦੇ ਘੰਟਿਆ ਬਧੀ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਰਹਿਣ ਦਾ ਪ੍ਰਭਾਵ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਤੇ ਪੈਣਾ ਅਵੱਸ਼ ਸੀ ਸੋ ਆਪ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਦਸੇ ਮੁਤਾਬਕ ਗੁਰਮੰਤਰ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰਾ ਬਾਬਾ ਜੀ ਵਾਂਗ ਹੀ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਰਹਿਣਾ ਅਰੰਭ ਦਿਤਾ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਸ਼ਬਦ ਸੁਹਤ ਦੀ ਲਿਵਲੀਨਤਾ ਦੇ ਰਾਹ ਪੈ ਗਏ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਸ੍ਰੀ ਅਬਚਲ ਨਗਰ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਯਾਤਰਾ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਦੇਰ ਤੋਂ ਬਣਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ। ਆਪਨੇ ਡੇਰਾ ਗਾਜੀ ਖਾਂ ਤੋਂ ਸਿਧਾ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਰਾਹ ਲਿਆ। ਪੈਰੀ ਝੁਰ ਕੇ ਜਾਣ ਦਾ ਪਹਿਲਾਂ ਹੀ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ

ਹੋਇਆ ਸੀ। ਸੋ ਰਾਤ ਦਿਨ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੇ ਧਿਆਨ ਮਗਨ ਤੁਰੀ ਜਾਂਦੇ
ਮਨ ਵਿਚ ਵੈਭਾਗ ਅਤੇ ਪ੍ਰੇਮ ਦਾ ਸਮੁੰਦਰ ਠਾਠਾਂ ਮਾਰ ਰਿਹਾ ਸੀ ਅਤੇ ਰਜਨਾ
ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਉਚਾਰਨ ਵਿਚ ਜੁੜੀ ਸੀ।

ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਪਹੁੰਚ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਗੋਦਾਵਰੀ ਕੰਢੇ ਨਗੀਨਾ ਘਾਟ ਤੇ ਬਣੀ
ਇਕ ਕੋਠੜੀ ਅੰਦਰ ਡੇਢਾ ਲਾਲਿਆ ਅਤੇ ਏਥੇ ਇਕ ਸਾਲ ਤੋਂ ਸ਼ਤ ਮਹੀਨੇ

“ਉਠਤਿ ਬੈਠਤਿ ਸੋਵਤਿਨਾਮ-ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੈ ਸਦ ਕਾਮ 286

ਦੇ ਹੁਕਮ ਤੇ ਡਟ ਕੇ ਪਹਿਰਾ ਦਿਤਾ।

ਗੋਦਾਵਰੀ ਕੰਢੇ ਨਗੀਨਾ ਘਾਟ ਰਹਿਣ ਦੇ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਇਸ ਦੇ ਆਸ
ਪਾਸ ਬੰਦਾ ਘਾਟ, ਗੋਤਮ ਘਾਟ ਆਦਿ ਬਾਵਾਂ ਦੇ, ਜਿਥੋਂ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ
ਸਾਹਿਬ ਨੇ ਕਈ ਕੌਤਕ ਵਰਤਾਏ ਸਨ, ਵੀ ਸਮੇਂ ਸਮੇਂ ਦਰਸ਼ਨ ਕੀਤੇ ਪਰ ਉਨ੍ਹੀ
ਥਾਈਂ ਵਰਤੇ ਕੌਤਕਾਂ ਦੀ ਯਾਦ ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਸਾਹਿਬ ਦੇ
ਚਹੁਣਾਂ ਦਾ ਭਉਰਾ ਬਣਾ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਘੰਟਿਆਂ ਬਧੀ ਗੁਰੂ ਜੀ ਦੀ ਯਾਦ ਅਤੇ
ਲਗਣ ਅੰਦਰ ਮਸਤ ਰਹਿਣ ਲਗ ਗਏ। ਇਉਂ ਦੋ ਸਾਲ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਰਹਿਣ
ਦੇ ਸਮੇਂ ਇਕ ਵਾਰ ਕੁਝ ਉਪਰਾਮਤਾ ਜੋਸ਼ੀ ਪ੍ਰਤੀਤ ਹੋਈ ਅਤੇ ਮਨ ਵਿਚ ਸਰੀਰ ਨੂੰ
ਤਿਆਗ ਦੇਣ ਦਾ ਖਿਆਲ ਆਇਆ ਪਰ ਜਲਦੀ ਹੀ ਕੁਝ ਅਜਿਹੇ ਸ਼ਬਦ ਕੰਨੀਂ ਪਏ

‘ਸਿਖਾ, ਤੂੰ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵਿਚ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਦਾ ਪਰਵਾਹ ਚਲਾਉਣਾ ਹੈ’

ਚਿਤ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਚੁਪ ਚੁਪੀਤੇ ਹੀ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੋੜਾ ਪਾਉਣਾ ਸਿਖ
ਕੋ ਦੁਰ ਪਏ। ਇਸ ਸਮੇਂ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਨਾਮ ਦਾ ਪ੍ਰੇਮੀ ਵੀ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਨਾਲ
ਤਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ। ਰਸਦੇ ਰਸਦੇ ਕਈ ਮੰਜ਼ਲਾਂ ਤੈਹ ਕਰਨ ਪਿਛੋਂ ਮਧ
ਹਿੰਦੁਸਤਾਨ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਏਥੇ ਸੜਕ ਦੇ ਦੋਹੀ ਪਾਸੀਂ ਘਣਾ ਜੰਗਲ ਸੀ। ਇਸ
ਜੰਗਲ ਵਿਚੋਂ ਲੰਘ ਰਹੇ ਸਨ ਕਿ ਇਕ ਵੱਡਾ ਭਾਰੀ ਜੰਗਲੀ ਸ਼ੇਰ ਨਜ਼ਰ ਆਇਆ।
ਭਾਈ ਭਗਤ ਸਿੰਘ ਥੋੜ੍ਹਾ ਝਿਜਕਿਆ ਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਅਡੋਲ ਚਲਦੇ ਗਏ। ਸ਼ੇਰ
ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਚੇਹਰੇ ਵੱਲ ਤੱਕਿਆ ਅਤੇ ਪੂਛ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਹਿਲਾਉਂਦਾ ਜੰਗਲ
ਵਿਚ ਵੜ ਗਿਆ।

ਇਹ ਹਰਦੁਆਰ ਵਿਖੇ ਕੁੰਭ ਦ ਮੇਲੇ ਦਾ ਅਵਸਰ ਸੀ, ਜੋ ਕੁੰਭ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਮੇਲੇ ਪਿਛੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਰਿਖੀਕੇਸ਼ ਚਲੇ ਗਏ ਅਤੇ ਏਥੇ ਸਾਲ ਤੋਂ ਵਧ ਸਮਾਂ ਰਹੇ। ਦਿਨ ਰਾਤ ਨਾਮ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਵਿਚ ਲਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਅਤੇ ਜ਼ਦ ਕਦੇ ਨੀਂਦ ਜ਼ੋਰ ਪਾਉਂਦੀ ਤਾਂ ਬੈਠੇ ਬੈਠੇ ਹੀ ਥੋੜਾ ਸੌਂ ਲੈਂਦੇ। ਕਦੀ ਵਾਰੀ ਵੌਰਾਗਮਦੀ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਰੋਈ ਜਾਂਦੇ।

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਰਹਿਣ ਸਮੇਂ ਇਕ ਵਾਰ ਸਾਧ ਸੰਗਤ ਦੀ ਇਕਤਰਤਾ ਵਿਚ ਧਮਾਲੀ ਵਾਲੇ ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਮੇਲ ਹੋ ਗਿਆ ਤੇ ਜਲਦੀ ਹੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਪ੍ਰੇਮ ਬਣ ਗਿਆ। ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਦਾ ਇਕ ਅਸਥਾਨ ਸਿਆਲ ਕੋਟ ਐਕ ਦੇ ਕੰਢੇ ਤੇ ਸੀ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਬਚਨ ਬਿਲਾਸ ਕਰਦਿਆਂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਉਥੇ ਜਾਣ ਦਾ ਸੰਕਲਪ ਬਣ ਗਿਆ। ਇਸ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਮਾਤਾ ਭੋਲੀ ਦਾ ਸਨੇਹਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਬਹੁਤ ਯਾਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਭਾਈ ਕਿਸ਼ਨ ਸਿੰਘ ਰਾਹੀਂ ਮਿਲ ਚੁਕਾ ਸੀ ਅਤੇ ਆਪ ਨੇ ਬਚਨ ਕੀਤਾ ਸੀ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਜ਼ਰੂਰ ਮਿਲਾਂਗੇ ਜੋ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਵਿਚਾਰ ਤਾਂ ਪੰਜਾਬ ਵੱਲ ਮੋੜਾ ਪਾਉਣ ਦਾ ਬਣ ਗਿਆ, ਪਰ ਅੰਦਰੋਂ ਅਵਾਜ਼ ਪਾਉਂਦੀ ਸੀ ਕਿ ਹੁਣ ਘਰ ਨਹੀਂ ਠਹਿਰਨਾ ਹੁਣ ਤਾਂ ਪਿਆਰੇ ਦੀ ਕਾਬ ਵਿਚ ਹੀ ਹਾਜ਼ਰ ਰਹਿਣਾ ਹੈ।

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਅਤੇ ਹਰਦੁਆਰ ਰਹਿਣ ਸਮੇਂ ਸੰਤਾਂ ਦੀ ਨਿਤ ਕ੍ਰਿਆ ਸੀ ਪਿਛਲੀ ਰਾਤ ਦੇ ਵਜੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਸਨ ਤੇ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਅੰਦਰ ਟਿਕ ਜਾਂਦੇ ਅਤੇ ਦੁਪਹਿਰ ਤਕ ਨਾਮ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਬੈਠੇ ਰਹਿੰਦੇ-ਅਜੇਹੇ ਅਠ ਅਠ ਦਸ ਦਸ ਘੰਟੇ ਦੇ ਨਿਰੰਤਰ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਨੇ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਅਜੇਹੀ ਚੇਟਕ ਲਾਈ ਕਿ ਇਸ ਦੇ ਰਸ ਅੰਦਰ ਲੀਨ ਹੋਇਆਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ

ਹਰਿ ਰਸ, ਕਾ ਤੂੰ ਚਾਖਹਿ ਸਾਦਿ-ਚਾਖਤ ਹੋਇ ਰਹਿ ਬਿਸਮਾਦ
ਵਾਲੀ ਹੋ ਗਈ ਅਤੇ ਅਠਾਂ ਪਹਿਰ ਇਹੋ ਰਸ ਲੀਨਤਾ ਬਣੀ ਰਹਿੰਦੀ

ਰਿਖੀ ਕੇਸ਼ ਤੋਂ ਪੰਜਾਬ ਫੇਰੀ ਦਾ ਫੁਰਨਾ ਹੋ ਗਿਆ। ਦੂਜੇ ਦਿਨ ਹੀ ਅਰਦਾਸਾ ਸੋਧ ਸੰਤ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਸਮੇਤ ਪਹਾੜ ਦੀ ਕੰਧੀ ਤੁਰ ਪਏ ਅਤੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਸ੍ਰੀ ਦਸਮੇਸ਼ ਪਿਤਾ ਜੀ ਦੇ ਯਾਦ ਗੀਰੀ ਅਸਥਾਨ ਪਾਉਣਾ ਸਾਹਿਬ ਅਤੇ ਨਾਹਨ ਆਦਿ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸਿਆਲ ਕੋਟ ਬਾਕੇ ਦੀ ਬੋਤ ਪਹੁੰਚ ਗਏ ਤੇ ਏਥੋਂ

ਦੀ ਧੂੜ ਮਸਤਕ ਲਾਈ ਅਤੇ ਸਹਿਜੇ ੨ ਕੁਝ ਦਿਨ ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਸ੍ਰੀ ਹਰਿਮੰਦਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਬਾਬਾ ਅਪੱਲ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਤੀਜੀ ਛੇਤੀ ਜਾ ਆਸਨ ਜਮਾਇਆ ਅਤੇ ਲਗਾਤਾਰ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਨਾਮ ਅਭਿਆਸ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ, ਬਿਨਾਂ ਕੁੱਝ ਖਾਦੇ ਪੀਤੇ, ਕੀਤੀ ਤੀਜੇ ਦਿਨ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰੇਮੀ ਨੇ ਜੋ ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ ਦਸ਼ਾ ਵਿਚ ਦੇਖਦਾ ਰਿਹਾ ਸੀ ਪ੍ਰਸਾਦ ਤੇ ਖੀਰ ਆਦਿ ਲਿਆ ਕੇ ਛਕਾਈ। ਅੰਮ੍ਰਤਸਰ ਤੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਮਦਮਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਮਾਤਾ ਭੱਲੀ ਦੇ ਵਾਰ-੨ ਕਹਿ ਭੇਜਣ ਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਉਥੇ ਆਕੇ ਦਰਸ਼ਣ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਣ ਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਚੀਮੇ ਚਲੇ ਗਏ ਪਰ ਡੇਰਾ ਬਾਹਰ ਖੇਤਾਂ ਵਿਚ ਰਖਿਆ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਉਥੇ ਆ ਕੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਿਆ। ਮਾਤਾ ਨੇ ਘਰ ਜਾਣ ਹਿਤ ਬਹੁਤ ਕਿਹਾ ਪਰ ਸਤ ਸਾਲ ਬੀਤ ਗਏ ਹੋਣ ਪਿਛੋਂ ਭੀ ਘਰ ਦਾ ਮੌਹ ਨਹੀਂ ਜਾਗਿਆ ਅਤੇ ਮਾਤਾ ਜੀ ਨੂੰ ਖੇਤ ਵਿਚ ਆਕੇ ਦਰਸ਼ਨ ਦੇਣ ਲਈ ਕਹਿ ਭੇਜਿਆ। ਉਥੇ ਸੰਘਣੀ ਛਾਂਉ ਵਾਲਾ ਹੀਸ ਦਾ ਰੁਖ ਸੀ। ਉਥੇ ਡੇਰਾ ਕਰ ਲਿਆ ਮਾਤਾ ਜੀ ਉਥੇ ਹੀ ਦੋ ਵਕਤ ਪ੍ਰਸਾਦਾ ਤਿਆਰ ਕਰਕੇ ਲਿਆਉਂਦੇ ਅਤੇ ਛਕਾਂ ਜਾਂਦੇ। ਘਰ ਜਾਣਾ ਇਸ ਸ਼ਰਤ ਤੇ ਪ੍ਰਵਾਣ ਕੀਤਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਵਾਹ ਕਰਵਾਉਣ ਲਈ ਨ ਕਹਿਣਗੀ। ਮਾਤਾ ਨੇ ਇਹ ਗੱਲ ਮੰਨ ਲਈ, ਪਰ ਪਿਸਾਰ ਵਜ ਹੋਈ ਇਕ ਦਿਨ ਮਾਤਾ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਵਿਆਹ ਦੀ ਗੱਲ ਕਹਿਹੀ ਦਿਤੀ। ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਹਸਦੇ-2 ਕਹਿ ਦਿਤਾ ਕਿ ਮਾਤਾ ਜੀ ਜੁਸੀਂ ਆਪਣਾ ਬਚਨ ਭੁੱਲ ਗਏ ਹ ਮਾਤਾ ਨੇ ਭੁੱਲ ਮੰਨੀ ਅਤੇ ਅਗੋਂ ਲਈ ਮੁੜ ਕਦੀ ਵੀ ਵਿਆਹ ਲਈ ਨਹੀਂ ਕਿਹਾ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪਿਛੋਂ ਦਸਿਆ ਗਿਆ ਹੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਆਪਣੀ ਫੌਜੀ ਸਕਵਿਸ ਸਮੇਂ ਜਦੋਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਪਲਟਨ ਕੋਰਾਟ ਸੀ ਮਸ਼ਹੂਰਾ ਪੂਰਵਕ ਪੰਜ ਪਿਆਰਿਆ ਪਾਸੋਂ ਅੰਮ੍ਰਤ ਪਾਣ ਕਰ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਡੇਰਾ ਗਾਜੀ ਖਾਨ ਪਲਟਨ ਦੀ ਫਦਲੀ ਹੋ ਜਾਣ ਤੇ ਚੁਪ ਕੀਤੇ ਹੀ ਸ੍ਰੀ ਹਜ਼ੂਰ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਜਾਣ ਦਾ ਮਨ ਬਣਾ ਲਿਆ ਸੀ ਅਤੇ ਉਥੋਂ ਹੀ ਕਿਨਾਂ ਨੌਕਰੀਛੁਡਣ ਜਾਂ ਛੁਟੀ ਲੈਣ ਦੇ ਉਪਰ ਢਲ ਗਏ ਸਨ।

ਹੁਣ ਜਦ ਪੰਜਾਬ ਆਏ ਤਾਂ ਫੁਰਨਾ ਹੋਇਆ ਕਿ ਫੌਜੀ ਨੌਕਰੀ ਤੋਂ ਸਦਾ

ਲਈ ਅਡ ਹੋ ਕੇ ਨਿਰਾਧਾਰ ਨਿਸ਼ਚਿਤ ਹੋ ਕੇ ਸਤਿਗੁਰ ਸਚੇ ਪਾਤਸ਼ਾਹ ਦੀ ਚਾਕਰੀ ਕਰੀਏ। ਇਸ ਲਈ ਫੌਜ ਵਿਚੋਂ ਨਾਮ ਕਟਵਾਉਣ ਦੀ ਮਣਸ਼ਾ ਧਾਰਕੇ ਆਪਣੀ ਪਲਟਨ ਵਿਚ ਜਾ ਕੇ ਸਰਕਾਰੀ ਵਰਦੀ ਜੋ ਹੁਣ ਤਕ ਸੰਭਾਲੀ ਰਖੀ ਸੀ ਸੂਬੇਦਾਰ ਦਲੇਲ ਸਿੰਘ ਪਾਸ ਹਾਜ਼ਰ ਜਾ ਕੀਤੀ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਕਟਾਉਣ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ।

ਉਪ੍ਰੰਤ ਜਦੋਂ ਸੰਤ ਜੀ ਆਪਣੇ ਕਰਨੈਲ ਪਾਸ ਹਾਜ਼ਰ ਹੋਏ ਤਾਂ ਉਸਨੇ ਕਿਹਾ “ਵੇਲ ਅਤਰ ਸਿੰਘ, ਹਮ ਨੇ ਦੇਖ ਲੀਆ ਹੈ ਕਿ ਟੁਮ ਖੁਦਾ ਕਾ ਪਕਾ ਨੌਕਰ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ। ਆਜ ਸੇ ਤੁਮ ਕੋ ਪਲਟਨ ਸੇ ਛੁਟੀ ਦੀ ਜਾਤੀ ਹੈ—ਟੁਮ ਜਾਉ ਔਰ ਆਪਣੇ ਖੁਦਾ ਕਾ ਕਾਮ ਕਰੋ ਹਮ ਤੁਮ ਪਰ ਬਹੁਤ ਖੁਸ਼ ਹੈ, ਯਿਹ ਤੁਮਾਰਾ ਚਾਂਡਮਾਰੀ ਮੇਂ ਬ੍ਰਿਗੇਡ ਮੇਂ ਸੇ ਅਵਲ ਰਹਿਣੋ ਕਾ ਇਨਾਮ ਹੈ—ਯਿਹ ਬਹੁਤ ਸਾਲ ਸੇ ਮੇਰੇ ਪਾਸ ਪੜਾ ਥਾਂ ਅਤੇ ਇਉਂ ਕਹਿੰਦੇ ਹੋਇ ਇਕ ਸੌ ਰੁਪੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਵੜਾਇ ਅਤੇ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਵਿਦਾ ਕੀਤਾ।

ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਦਫਤਰ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਆਉਂਦਿਆਂ ਹੀ ਇਹ ਸੌ ਰੁਪੈ ਗਰੀਬ ਗੁਰਬਿਆਂ ਨੂੰ ਵੰਡ ਦਿਤੇ ਅਤੇ ਪਲਟਨ ਤੋਂ ਪਕੀ ਛੁਟੀ ਲੈ ਲੀਤੀ।

ਹੁਣ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀ ਪਲਟਨ ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਅੰਬਟਾਥਾਦ ਸੀ ਤੋਂ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਲਈ ਵਿਦੇਸ਼ੀ ਦੀ ਇਫ਼ਿਆ ਪ੍ਰਗਟਾਈ। ਇਹ ਲੰਗਰ ਛਕਣ ਦਾ ਸਮਾਂ ਸੀ। ਸਾਰਿਆਂ ਨੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਬੇਨਤੀ ਕੀਤੀ ਕਿ ਲੰਗਰ ਤਿਆਰ ਹੈ ਛਕ ਕੇ ਜਾਉ। ਆਪ ਨੇ ਸਤ ਬਚਨ ‘ਕਹਿ ਦਿਤਾ ਅਤੇ ਛੋਟੇ ਵਡੇ ਸਾਰੇ ਅਫਸਰ ਤੇ ਸਿਪਾਹੀ ਲੰਗਰ ਵੱਲ ਚਲੇ ਗਏ। ਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਰੇ ਹਾਜ਼ਰ ਸਜਣ (ਭਾਵੇਂ ਕੋਈ ਅਫਸਰ ਜਾਂ ਸਿਪਾਹੀ ਹੈ) ਇਕੋ ਪੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਛਕਣ ਟਿਹ ਗਲ ਮੰਨ ਲਈ ਗਈ ਅਤੇ ਸਾਰੇ ਹੀ ਇਕ ਪੰਗਤ ਵਿਚ ਬੈਠ ਗਏ ਅਤੇ ਸਭ ਨੇ ਇਕੋ ਥਾਂ ਮਿਲ ਕੇ ਪ੍ਰਸ਼ਾਦ ਛਕਿਆ ਅਤੇ ਇਉਂ ਗੁਰ ਸਿਖਾਂ ਅੰਦਰ ਸਮਾਨਤਾ ਅਤੇ ਸਾਂਝੀ ਮਰਯਾਦਾ ਦ੍ਰਿਸ਼ ਕਰਾਈ।

ਇਸ ਸਮੇਂ ਲੰਗਰ ਵਰਤਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਸਾਹੀ ਪੰਗਤ ਨੂੰ ਬੜੇ ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ ਇਸ ਸ਼ਬਦ ਦਾ ਜੋਟੀਆਂ ਵਿਚ ਗਾਇਨ ਕਰਾਇਆ :-

ਨਦੀਆਂ ਵਾਹ ਵਿਛੁੰਨਿਆਂ ਮੇਲਾ ਸੰਜੋਗੀ ਰਾਮ
 ਜੁਗ ਜੁਗ ਮੀਨਾ ਵਿਸੁ ਭਰੇ ਕੇ ਜਾਣੇ ਜੋਗੀ ਰਾਮ
 ਕੋਈ ਸਹਿਜ ਜਾਣੈ ਹਰਿ ਪਛਾਣੈ ਸਤਿਗੁਰੂ ਜਿਨਿ ਚੇਤਿਆ
 ਬਿਨੁ ਨਾਮ ਹਰਿ ਕੇ ਭਰਮਿ ਭੂਲੇ ਪਚਹਿ ਮੁਗਧ ਅਚੇਤਿਆ
 ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਭਗਤਿ ਨ ਰਿਦੈ ਸਾਚਾ ਸੇ ਅੰਤਿ ਧਾਹੀ ਹੁੰਨਿਆ
 ਸਚੁ ਕਹੈ ਨਾਨਕੁ ਸਾਬਦਿ ਸਾਚੈ ਮੇਲਿ ਚਿਰੀ ਵਿਛੁੰਨਿਆਂ

439

ਇਹ ਸ਼ਬਦ ਗਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਕਈਆਂ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਦੁਵ ਗਏ ਅਤੇ ਅਖਾਂ ਸਜਲ
 ਹੋ ਗਈਆਂ । ਲਗਦੀ ਸਮਾਪਤੀ ਤੇ ਕਈ ਸਨੇਹੀ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਘੁਟ ਘੁਟ ਜਫੀਆਂ
 ਪਾ ਕੇ ਮਿਲੇ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪ੍ਰਤੀ ਗਹਿਰਾ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰਗਟਾਇਆ ।

ਪ੍ਰੰਤੂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ
 ਅਤੇ ਉਥੇ ਦੀ ਚਰਣ ਬੂੜ, ਮਸਤਕ ਲਾਉਣ ਦਾ ਸੀ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਸ਼ਾਹ ਦੀ ਢੇਰੀ
 ਭਾਈ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪੁਤਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪ੍ਰੰਮ ਵਸ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ
 ਉਥੇ ਅਟਕਨਾ ਪਿਆ ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਘਰ ਵਿਚ ਇਕ ਨਵੇਕਲਾ ਤੇ ਸੁੰਦਰ ਕਮਰਾ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ
 ਸਾਹਿਬ ਦਾ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਸਥਾਨ ਸੀ ਜਿਥੇ ਸੰਤ ਜੀ ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਰਬਾਣੀ ਤੇ ਨਾਮ
 ਸਿਮਰਨ ਦੇ ਅਭਿਆਸ ਵਿਚ ਜੁੜੇ ਰਹਿੰਦੇ

ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘਾਂ ਦੇ ਘਰਵਾਲੀ ਮਾਈ ਰਾਧਾ ਦਾ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਨਾਲ ਮਾਤਾ
 ਪਤਰ ਵਾਲਾ ਪਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਉਥੇ ਨੌ ਮਹੀਨੇ ਨਾਮ ਦਾ
 ਪਰਵਾਹ ਚਲਾਇਆ ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਬਿਸਰਾਮ ਅਸਥਾਨ ਸ੍ਰੀ ਗੁਰੂ ਗ੍ਰੰਥ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਵਾਲੇ
 ਕਮਰੇ ਵਿਚ ਹੀ ਸੀ ਜਿਥੇ ਉਹ ਦਿਨ ਰਾਤ ਨਾਮ ਦੀ ਕਮਾਈ ਕਰਦੇ ਰਹੇ ।

ਦਿਨ ਰਾਤ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ, ਵਾਹਿਗੁਰੂ
 ਦਾ ਸਿਮਰਨ ਚਲਦਾ ਰਹਿੰਦਾ । ਲਗਾਤਾਰ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਇਉਂ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ
 ਕਾਰਨ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਰ ਭੀ ਦੁਖਣ ਲਗ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਚੋਰਰਾ ਵੀ ਸਾਮ ਰੰਗ ਹੋ ਜਾਂਦਾ

ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਦਾ ਭੇਦ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ, ਜੋ ਜਦੋਂ ਓਹ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਸ ਹਾਲਤ ਅੰਦਰ ਵੇਖਦੀ ਤਾਂ ਪੁਤਰ ਵਾਂਗ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਬਾਹਰੋਂ ਫੜ ਉਠਾਂ ਲੈਂਦੀ ਅਤੇ ਖਚੇ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਸੀ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਾ ਭਾਲੂ ਤੇ ਸਹਿਜੇ ਸਹਿਜੇ ਕਾਫੀ ਸਮਾਂ ਮਖਣ ਆਦਿ ਦੀ ਮਾਲਮ ਕਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ।

ਕਈ ਵਾਰ ਰਾਤ ਸਮੇਂ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜ ਬੈਠਿਆਂ ਉਪਰੋਂ ਭੂਰੀ ਲਹਿ ਜਾਂਦੀ ਤਾਂ ਮਾਤਾ ਉਠ ਕੇ ਸੰਤਾਂ ਉਪਰ ਭੂਰੀ ਭੀ ਦੇਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ । ਕਿਉਂਕਿ ਅਜੇਹੀ ਹਾਲਤ ਆਮ ਹੀ ਵਾਪਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਸੀ । ਇਸ ਲਈ ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਨੇ ਖਦਰ ਦਾ ਇਕ ਵੱਡਾ ਚੋਲਾ ਜੋ ਸਿਰ ਤੋਂ ਪੈਰਾਂ ਤਕ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਢਕ ਲੈਂਦਾ ਸੀ ਸੀਉਂ ਕੇ ਸੰਤ ਦੇ ਗਲ ਪਾ ਦਿਤਾ ਜੋ ਕੇਵਲ ਇਸ਼ਨਾਨ ਕਰਨ ਸਮੇਂ ਹੀ ਲਾਹੁੰਦੇ ਸਨ ।

ਇਕ ਵਾਰ ਇਹ ਸੋਚ ਕੇ ਕਿ ਹਮੇਸ਼ਾ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹਿਣ ਅਤੇ ਸਵੇਰ ਸਮੇਂ ਦਾ ਖਾਣਾ ਪ੍ਰਵਾਰ ਦੇ ਹੋਰ ਜੀਆਂ ਵਾਂਗ ਅਤਿ ਸਾਧਾਰਨ ਖਾਣ ਨਾਲ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਬਕਾਵਟ ਹੁੰਦੀ ਹੋਵੇਗੀ ਮਾਤਾ ਰਾਧਾਂ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਖਾਣੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਮਖਣ ਥਾਲ ਵਿਚ ਰਖ ਦਿਤਾ । ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਮਖਣ ਵਾਪਸ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ਕਿ ਸਾਨੂੰ ਰੁਖੀ ਸੁਖੀ ਖਾਣ ਦਾ ਹੁਕਮ ਹੈ :

‘ਰੁਖੀ ਸੁਖੀ ਖਾਇ ਕੇ ਨੰਤਾ ਪਾਣੀ ਪੀਉ’

ਅਸਾਂ ਮਖਣ ਨਹੀਂ ਖਾਣਾ ਨ ਕੋਈ ਉਚੇਚ ਹੀ ਕਰਨਾ ਕਰਾਉਣਾ ਹੈ ਘਰ ਵਿਚ ਸਵੇਰ ਸਮੇਂ ਜੇ ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਓ ਪਕਦਾ ਹੈ ਉਹੋ ਹੀ ਖਾਣਾ ਹੈ । ਏਥੇ ਰਹਿੰਦਿਆਂ ਸੰਤ ਜੀ ਦਾ ਗੁਰਮੁਖੀ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪੁਤਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨਾਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਪਿਆਰ ਹੋ ਗਿਆ ਸੀ । ਕਰਤਾਰ ਦੀ ਨੇਤ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਬੀਮਾਰ ਹੋ ਗਿਆ ਅਤੇ ਦਿਨੋਂ ਦਿਨ ਤਕਲੀਫ ਵਧਦੀ ਗਈ । ਸੰਤ ਜੀ ਨੇ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਪਾਸ ਬੈਠ ਸੁਖਮਨੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਸਮੁੱਚੀ ਬਾਣੀ ਦਾ ਪਾਠ ਕੀਤਾ । ਅਖੀਰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦਾ ਸਿਰ ਆਪਣੀ ਝੋਲੀ ਵਿਚ ਰਖਦੇ ਹੋਏ ਕਿਹਾ ‘ਭਾਈ ਬੋਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ । ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਨੇ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਆਖਿਆ ਅਤੇ ਸਦਾ ਲਈ ਹਰਿ ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਅਭੇਦ ਹੋਗਿਆ ।

ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਵਿਛੋੜ ਜਾਣ ਦਾ ਦੁਖ ਤਾਂ ਜਰੂਰ ਹੋਇਆ
ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ

‘ਹੁਕਮਿ ਰਜਾਈ ਚਲਣਾ’

ਦਾ ਸਬਕ ਪਕਾ ਲਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਉਹ ਫਿਰ ਡੋਲਿਆ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ
ਇਹ ਨਿਸਚਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ

‘ਜੋ ਕਿਛੁ ਅਹੈ ਸਭ ਏਰੀ ਰਜਾਇ

ਜਿਸ ਦਾ ਭਾਵ ਇਹੋ ਹੈ ਕਿ ਉਹੋ ਗੱਲ ਵਰਤਦੀ ਹੈ ਜੋ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਨੂੰ ਭਾਉਂਦੀ (ਚੰਗੀ
ਲਗਦੀ ਹੈ।) ਜੇ ਸਾਡਾ ਨਿਸਚਾ ਇਸ ਗੱਲ ਤੇ ਪਰਪਕ ਹੋ ਜਾਵੇ ਕਿ ਹਰਵਾਪਰੀ
ਗੱਲ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਕੀਤੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਜੋ ਇਕ ਔਟਲ ਸਚਾਈ ਹੈ) ਤਾਂ ਸਾਨੂੰ ਉਸ
ਦਾ ਦੁਖ ਨਹੀਂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਜੋ ਅਸੀਂ ਉਸ ਦਾ ਦੁਖ ਮਨਾਉਂਦੇ ਹਾਂ ਅਥਵਾ
ਉਸ ਦੇ ਕੀਤੇ ਨੂੰ ਚੰਗਾ ਨਹੀਂ ਸਮਝਦੇ ਤਾਂ ਉਹ ਸਾਡੇ ਪਰ ਖੁਸ਼ ਕਿਵੇਂ ਹੋਵੇਗਾ ਅਤੇ
ਅਸੀਂ ਉਸ ਨੂੰ ਚੰਗੇ ਕਿਵੇਂ ਲਗ ਸਕਾਂਗੇ ਤੇ ਉਸ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਪਾਤਰ ਕਿਵੇਂ
ਬਣਾਂਗੇ) ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਜੇ ਅਸੀਂ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਸਾਡੇ
ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਕਰੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ ਲਈ ਕਰਨ ਵਾਲੀ ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਉਸ ਦੇ ਵਰਤਾਏ
ਹਰ ਹੁਕਮ ਨੂੰ ਖੁਸ਼ੀ ਖੁਸ਼ੀ ਪ੍ਰਵਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸਚੇ ਦਿਲੋਂ ਇਹ ਪਕਾ
ਲਈਏ ਕਿ

‘ਤੇਰਾ ਕੀਆ ਮੀਠਾ ਲਾਗੈ’

ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਜਾਣ ਦੀ ਸਲਾਹ ਤਾਂ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਬਣੀ ਹੋਈ
ਸੀ ਸੋ ਇਕ ਰਾਤ ਬਿਨਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਦਸੇ ਸੰਤ ਜੀ ਰਿਹਾਇਸ਼ ਵਾਲੇ ਕਮਰੇ ਦੇ
ਪਿਛਵਾੜੇ ਖੁਲਦ ਛੋਟੇ ਦਰਵਾਜ਼ੇ ਦੇ ਬਹਾਰ ਨਿਕਲ ਗਏ। ਦਿਨ ਚੜ੍ਹੇ ਦੂਰ ਦੁਰਾਡੇ
ਭਾਲ ਕਰਨ ਤੇ ਵੀ ਜਦ ਨ ਮਿਲੇ ਤਾਂ ਘਰ ਵਾਲਿਆ ਨੂੰ ਨਿਸਚਾ ਹੋ ਗਿਆ ਕਿ
ਉਹ ਚੁਪਾਤੇ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਚਲੇ ਗਏ ਹੋਣਗੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਆਪਣੀ ਮੌਜੇ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ
ਪਹੁੰਚ ਚੁਕੇ ਸੀ

ਐਸਤ ਵੇਲੇ ਆਸਾ ਦੀ ਵਾਰ ਦੇ ਕੀਰਤਨ ਦਾ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਰਹੇ। ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਸੰਤ ਜੀ ਵਲੀ ਕੰਧਾਰੀ ਵਾਲੀ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਜਾਂ ਚੜ੍ਹੇ। ਚੜ੍ਹਦੇ-ਚੜ੍ਹਦੇ ਕਦਮ ਕਦਮ ਤੇ

‘ਧੰਨ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ- ਧੰਨ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ’

ਸਹਿਜ ਸੁਭਾਇ ਵਾਰ ਵਾਰ ਮੂੰਹੋਂ ਨਿਕਲਦਾ ਕਿ ਇੰਨਾਂ ਤਿਹਾਇਆ ਹੁੰਦਿਆਂ ਸਤਿਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦਾ ਹੁਕਮ ਮੰਨਦੇ ਹੋਏ, ਕਿਵੇਂ ਤਿੰਨ ਵਾਰ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਚੜ੍ਹੇ ਤੇ ਉਤਰੇ ਅਤੇ ਹੰਧਾਰੀ ਵਲੀ ਕੰਧਾਰੀ ਦੇ ਬੋਲ ਕੁਬੱਲ ਸਹੇ। ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਭਰਾਮੇ ਦੀ ਝਾਕੀ ਦੀ ਨਿਆਈਂ ਭਾਈ ਮਰਦਾਨਾ ਪਹਾੜੀ ਤੇ ਚੜ੍ਹਦਾਂ ਤੇ ਉਤਰਦਾ ਦਿਸਿਆ ਅਤੇ ਅਖੀਰ ਉਸ ਪੰਜੇ ਤੇ ਨਜ਼ਰ ਪਈ ਜਿਸ ਨੇ ਪਥਰੀਲੇ ਪਹਾੜ ਨੂੰ ਜੋ ਉਪਰ ਤੋਂ ਰਿਤਦਾ ਆ ਰਿਹਾ ਸੀ ਸੋਮ ਸਮਾਨ ਕਰ ਦਿਤਾ ਜਿਸ ਉਤੇ ਲਗੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀਆਂ ਹੱਥ ਦੀਆਂ ਪੰਜ ਉਂਗਲੀਆਂ ਅਤੇ ਹੱਥ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨ ਕਈ ਸਦੀਆਂ ਬੀਤ ਜਾਣ ਪਿਛੋਂ ਮਜ਼ ਵੀ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਦੀ ਸਾਖ ਭਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਰਹਿੰਦੀ ਦੁਨੀਆਂ ਤਕ ਭਰਦਾ ਰਹੇਗਾ। ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੀ ਇਸ ਵਡਿਆਈ ਨੇ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੂੰ ਐਸੇ ਰੰਗ ਅੰਦਰ ਰੰਗ ਦਿਤਾ ਕਿ ਉਹ ਲੰਬਾ ਕਾਲ ਉਸ ਦੇ ਸਰੂਰ ਅੰਦਰ ਮਸਤਾਏ ਰਹੇ :

‘ਭਇਆ ਦੀਵਾਨਾ ਸਾਹੁ ਕਾ ਨਾਨਕ ਬਉਰਾਨਾ’

ਅਤੇ ਸੰਤ ਜੀ ‘ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ, ਧੰਨ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ’ ਦੇ ਰੰਗ ਵਿਚ ਰੰਗੇ ਗਏ ਜੋ ਰੰਗ ਤਦੋਂ ਤੋਂ ਹੀ ਦਿਨ ਰਾਤ ਚੜ੍ਹੇ ਸਵਾਇਆ ਹੁੰਦਾ ਗਿਆ।

ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੇ ਅਲੌਪ ਹੋ ਜਾਣ ਨੇ ਮਾਈ ਰਾਧਾਂ ਜੋ ਪੁਤਰ ਨੂੰ ਸੁੰਦਰ ਸਿੰਘ ਦੇ ਚੜਾਈ ਕਰ ਜਾਣ ਕਾਰਨ ਪਹਿਲੋਂ ਹੀ ਵਡੇ ਸ਼ੋਕ ਵਿਚ ਸੀ, ਨੂੰ ਬਹੁਤ ਨਿਰਾਸ਼ ਕੀਤਾ। ਅਗਲੇ ਦੋ ਦਿਨ ਗੁਰਮੁਖ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦਾ ਸਾਰਾ ਪ੍ਰਵਾਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਅਵਾਂਢ ਗੁਆਂਢ ਸੰਤ ਜੀ ਦੀ ਭਾਲ ਵਿਚ ਕਈ ਥਾਈਂ ਘੁੰਮੇ ਪਰ ਬੰਤ ਜੀ ਦੀ ਕੋਈ ਬਾਹ ਨਾ ਪ ਸਕੇ।

ਉਪਰ ਸੰਤ ਜੀ ਪੰਜਾ ਸਾਹਿਬ ਦੇ ਦਰਸ਼ਨ ਤੇ ਇਸ਼ਨਾਨ ਉਪਰੰਤ ਪਹਾੜ ਦੀਆਂ ਗਲੀਆਂ ਅੰਦਰ ਘੁੰਮਦੇ ਘੁੰਮਦੇ ਮਾਨਸੋਹਰੇ ਹੁੰਦੇ ਹੋਏ ਦੁਮੇਲ ਪਹੁੰਚ ਗਏ।

ਇਸ ਦੇ ਨੇੜੇ ਨਚੀ ਕਿਸ਼ਨ ਗੰਗਾ ਅਤੇ ਦਰਿਆ ਜੋਹਲ। ਦੇ ਮਿਲਾਪ ਦਾ ਅਸਥਾਨ ਹੈ। ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਚੰਗੀ ਲੱਗੀ ਅਤੇ ਕਿਸ਼ਨ ਗੰਗਾ ਦੇ ਕਿਨਾਰੇ ਆਸਨ ਜਮਾ ਕੇ ਬੈਠ ਗਏ। ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਏਥੇ ਹੀ ਇਕ ਕੁਟੀਆ ਪਾ ਦਿਤੀ ਜਿਥੇ ਸੰਤ ਜੀ ਕਈ ਮਹੀਨੇ ਟਿਕ ਕੇ ਇਸ ਪੂਰਨ ਇਕੱਲੇ ਵਿਚ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਦਾ ਰਸ ਮਾਣਦੇ ਰਹੇ।

ਇਸ ਤੋਂ ਅਗੇ ਸੰਤ ਜੀ ਖਿੰਡ ਬਮਾਲੀ ਸੰਤ ਭਾਈ ਰਾਮ ਸਿੰਘ ਦੇ ਡੇਰੇ ਪਹੁੰਚ ਗਏ। ਏਥੇ ਦੇ ਲੋਕ ਸਤਸੰਗੀ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਥਾਂ ਦੁਭੱਰਨ ਕਲਰ ਦੀ ਸੜਕ ਤੇ ਚਾਰ ਕੁ ਮੀਲ ਤੇ ਹੈ ਇਸ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਮੀਆਂ ਨੇ ਸੰਤਾਂ ਨੂੰ ਕਨਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਸੁਝਾਉ ਦਿਤਾ—ਦੋਹਾਂ ਥਾਵਾਂ ਦੇ ਵਿਚਾਲੇ ਖੁਲ੍ਹੀ ਨੀਵੀਂ ਥਾਂ ਤੇ ਦਰਖਤਾਂ ਦੀ ਵਡੀ ਝੁਗੀ ਹੈ ਅਤੇ ਥਾਉਂ ਵਡਾ ਇਕਾਂਤ ਹੈ ਸੰਤ ਜੀ ਨੂੰ ਇਹ ਥਾਂ ਬਹੁਤ ਪਸੰਦ ਆਇਆ ਅਤੇ ਏਥੇ ਡੇਰਾ ਲਾ ਦਿਤਾ—ਆਪ ਦਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਤਾਂ ਇਕਲ ਥਾਉਂ ਭਾਲਣ ਦਾ ਸੀ ਜਿਸ ਦੇ ਇਹ ਅਨੁਕੂਲ ਸੀ ਸੋ ਇਥੇ ਹੀ ਬੈਠ ਗਏ। ਤਿੰਨ ਦਿਨ ਸਿਮਰਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹੇ ਚੋਥੇ ਦਿਨ ਮਕਦੀ ਦੇ ਮੱਟੇ ਮੱਟੇ ਪਰਾਉਂ-ਠੇ ਅਤੇ ਸਰੋਂ ਦਾ ਸਾਗ ਲੈ ਕੇ ਮਾਈ ਲਿਆਈ ਤੇ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਇਹ ਥੜੇ ਅਨੰਦ ਨਾਲ ਛਕਿਆ।

ਇਸ ਤਰਾਂ ਤਿੰਨ ਤਿੰਨ ਚਾਰ ਚਾਰ ਦਿਨ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੇ ਗੁਜ਼ਾਰਨੇ ਵੇਖਣ ਨੂੰ ਵਡੀ ਅਲੌਕਕ ਗੱਲ ਭਾਸਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਮਨੁੱਖ ਲਈ ਬਿਨਾਂ ਕੁਝ ਖਾਧੇ ਪੀਤੇ ਨਿਰੋਆ ਰਹਿਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਜਾਪਦਾ ਪਰ ਇਹ ਗੱਲ ਉਸੇ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਹੀ ਮੰਨਣ ਯੋਗ ਹੈ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਦਾ ਸਮੁੱਚਾ ਨਿਰਭਰ ਉਸਦੇ ਸਰੀਰ ਤੇ ਹੋਵੇ। ਇਹ ਗੱਲ ਠੀਕ ਹੈ ਕਿ ਕੁਝ ਖਾਤੇ ਪੀਤੇ ਬਿਨਾਂ ਸਰੀਰ ਸਿਖਿਲ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਕਿਸਮ ਦੀ ਸਤੀਰਕ ਕ੍ਰਿਆ ਕਰਨ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦਾ ਪਰ ਮਨੁੱਖ ਨਿਰਾ ਸਤੀਰ ਨਹੀਂ, ਇਸ ਦਾ ਇਕ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਆਤਮਾ ਜਾਂ ਰੂਹ ਹੈ ਜਿਸ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਜੀਉਂਦਾ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ। ਇਸ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੋਂਦ ਹੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਮਾਤਰ ਤਥਾ ਹੋਰ ਹਰ ਜਾਨਦਾਰ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਕਾਰਣ ਉਸ ਦਾ ਉਹ ਸੂਖਮ ਭਾਗ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਤਥਾ ਰੂਹ ਹੈ। ਬਾਵਜੂਦ ਇਸ

ਨਿਸ਼ਚੇਸ਼ਨਕ ਗੱਲ ਦੇ ਅਸੀਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਦੇਖ ਭਾਲ ਹੀ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਅਸਲ ਵਸਤੂ ਜਿਸ ਨੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਰੱਖਿਆ ਹੋਇਆ ਹੈ, ਉਸ ਦਾ ਸਾਨੂੰ ਧਿਆਨ ਭਾਂ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਅਉਂਦਾ। ਸਰੀਰ ਮਨੁੱਖ ਤਬਾਹਰ ਜੀਵ ਦਾ ਸਥੂਲ ਭਾਗ ਹੈ। ਪਰ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਕਾਇਮ ਤੇ ਜੀਉਂਦਾ ਰੱਖਣ ਵਾਸਤੇ ਇਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਐਸੀ ਸਤਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਆਤਮਾ ਜਾਂ ਰੂਹ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ ਜਿਸ ਦੇ ਬਗੈਰ ਸਰੀਰ ਮਰਦਾ ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਆਮ ਬੋਲ ਚਾਲ ਅੰਦਰ ਇਸ ਨੂੰ ਹੀ ਜਿੰਦ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹਰ ਮਨੁੱਖ ਤਬਾਹਰ ਜੀਵ ਦੀ ਹੋਂਦ ਦਾ ਅਸਲ ਆਧਾਰ ਜੋ ਉਸ ਨੂੰ ਜੀਉਂਦੇ ਰੱਖਦਾ ਹੈ ਉਹ ਉਸ ਦਾ ਸਰੀਰ ਨਹੀਂ ਸਗੋਂ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਉਹ ਸਤਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਅਸੀਂ ਰੂਹ ਜਾਂ ਆਤਮਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਕਿਸੇ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਣ ਦਾ ਭਾਵ ਉਸ ਦੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਬਿਨਸ ਜਾਣ ਅਥਵਾ ਸਰੀਰ ਦਾ ਮਿਟੀ ਜਾਂ ਸੁਆਹ ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੀ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਤ ਹੋ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰਲੀ ਸਤਿਆ ਜਾਂ ਰੂਹ ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਰੂਹ ਅਮਰ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਰੂਹ ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਹੋ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਜੀਵ-ਪਸ਼ੂ ਪੰਛੀਆਂ ਦੀ ਸਦਾ ਜੀਉਂਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਉਂਕਿ ਰੂਹ ਉਸ ਦੀ ਐਸ ਹੈ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸਰਬ ਆਤਮ ਜਾਂ ਪਰਮ ਆਤਮ ਕਿਹਾ ਗਿਆ ਹੈ।

ਇਸ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਸਪਸ਼ਟ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਸਦਾ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਕੇਵਲ ਹਰ ਜੀਉਂਦੇ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲਾ ਆਤਮਾ ਹੈ ਜੋ 'ਪਰਮ ਆਤਮ' ਜਾਂ 'ਸਰਬ ਆਤਮ' ਦਾ ਅੰਸ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਕਦੀ ਮਰਦਾ ਤਬਾਹ ਨਾਸ ਜਾਂ ਖਤਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜੋ ਅਸਲ ਸਾਭਣ ਤੇ ਸੰਭਾਲਨ ਯੋਗ ਤਾਂ ਆਤਮਾ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਮਾਤਮਾ ਦੀ ਨਨ੍ਹੀ ਜੋਹੀ ਅੰਸ ਹੈ ਪਰੰਤੂ ਸਾਡੀ ਸਾਰੀ ਸੰਭਾਲ ਸਰੀਰ ਦੇ ਦੁਆਲੇ ਘੁੰਮਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਅਤਿ ਸੂਖਮ ਅੰਸ ਜਿਸ ਨੂੰ ਆਤਮਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਹ ਬੇ ਧਿਆਨੀ ਹੀ ਰਹਿ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸਥੂਲ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਤੇ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਰੱਖਣ ਲਈ ਅੰਨ ਪਾਣੀ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਸਰੀਰ ਅੰਦਰ ਰਹਿਣ ਵਾਲੀ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਤੇ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਰੱਖਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਪਰ ਆਤਮਾ ਸੂਖਮ ਹੋਣ ਕਰਕੇ ਇਸ ਨੂੰ

ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਮਿਲਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਅਜਾਂ ਇਹ ਨਿਰਣਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਇਹ ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਕੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕਿਵੇਂ ਤੇ ਕਿਥੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ ।

ਇਹ ਸੂਖਮ ਖੁਰਾਕ ਨਾਮ ਦੀ ਹੈ ਇਸੇ ਲਈ ਗੁਰੂ ਥਾਣੀ ਦਾ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

‘ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਜੀਵਿਆ ਜਾਇ’ ਅਤੇ

‘ਆਖਾ ਜੀਵਾ ਵਿਸਰੈ ਮਰਿ ਜਾਉ’

ਕਿਸੇ ਨਾਮ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਕਿਹਾ ਹੈ :

‘ਇਸੁ ਸਦ ਬਸੰਤ ਜਿਸ ਹਿਰਦੈ ਨਾਮੁ’ !

ਪਰ ਇਉਂ ਭੀ ਕਿਹਾ ਹੈ :

‘ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ’

ਸਾਧਾਰਨ ਸੰਚ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦੋਹਾਂ ਫੁਰਮਾਨਾਂ

‘ਨਾਮ ਬਿਨਾਂ ਨਹੀਂ ਜੀਵਿਆ ਜਾਇ’ ਅਤੇ

‘ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨ ਹੋਇ’

ਦੇ ਅੰਤਰ ਸਮਝਣ ਵਿਚ ਭੁਲੇਖਾ ਖਾ ਜਾਂਦੀ ਹੈ ।

ਪਰੰਤੂ ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਸਰੀਰ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਨਰੋਆ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਲੋੜ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਸੂਖਮ ਆਤਮਾ ਦੀ ਸੁਅਸਥਤਾ ਵਾਸਤੇ ਸੂਖਮ ਨਾਮ ਹੈ ਸਰੀਰ ਦੇ ਅਰਗ ਤੇ ਤੰਦਰੁਸਤ ਰਹਿਣ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਖੁਰਾਕ ਅਸੀਂ ਖਾਂਦੇ ਹਾਂ ਉਹ ਭੀ ਨਰੋਈ ਤੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਰਿਸ਼ਟ ਪੁਸ਼ਟ ਕਰਨ ਅਥਵਾ ਤਾਕਤ ਦੇਣ ਵਾਲੀ ਹੋਵੇ ਬਲਕਿ ਇਸ ਤੋਂ ਭੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਗੱਲ ਖਾਧੀ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਠੀਕ ਤਰਾਂ ਹਜ਼ਮ ਹੋਣ ਦੀ ਹੈ—ਉਸ ਖੁਰਾਕ ਨੇ ਸਾਡੇ ਸਰੀਰ ਦਾ ਅੰਗ ਬਣ ਕੇ ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਜੀਉਂਦਾ ਰੱਖਣ ਵਿਚ ਸਹਾਈ ਹੋਣਾ ਅਥਵਾ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਠੀਕ ਰਚਮਿਚ (assimilate) ਹੋ ਜਾਣਾ ਹੈ । ਇਉਂ ਹੀ ਸਾਡੀ ਸੂਖਮ ਆਤਮਾ ਨੂੰ ਦਿਤੀ ਖੁਰਾਕ ਜਿਸ ਨੂੰ ਨਾਮ ਕਿਹਾ ਹੈ ਜੋ ਸਾਡੀ ਆਤਮਾ ਅੰਦਰ assimilate ਨਹੀਂ ਹੋਇਆ ਤਾਂ ਫਿਰ ਇਹ ਸਾਡੀ ਦਸ਼ਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਪੁਰਖਾਂ ਵਾਲੀ

ਨੇ ਜਿਨਾ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ ਹੈ :

ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮ ਨਾ ਹੋਇ'

ਇਸ ਖਿਆਲ ਨੂੰ ਵਧੇਰੇ ਸਪਸ਼ਟ ਕਰਨ ਲਈ ਗੁਰੂ ਜੀ ਨੇ ਇਸੇ ਸ਼ਬਦ ਅੰਦਰ
ਵਰਮਾਇਆ ਹੈ ।

ਅੰਤਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਜਿਸੁ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰੀਤਤਿ

‘ਹਰਿ ਹਰਿ ਤਿਸੁ ਕਦੇ ਨ ਵੀਸਰੈ ਹਰਿ ਹਰਿ ਕਰਹਿ ਸਦਾ ਮਨਿ ਚੀਤਿ’

ਅਥਵਾ ਹਰਿ ਨਾਮ ਉਸ ਮਨੁਖ ਦੀ ਰਸਨਾ ਉਪਰ ਤਦੋਂ ਹੀ ਟਿਕਦਾ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ
ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਭੁਲਦਾ ਜਿਸ ਦਾ ਉਸ ਨਾਲ ਪਿਆਰ ਪੈ ਜਾਵੇ ਅਤੇ ਪਿਆਰ ਭੀ
ਐਸਾ ਕਿ ਇਹ ਉਸ ਨੂੰ ਭੁਲੇ ਹੀ ਨਾ ਗੁਰੂ ਜੀ ਇਸ ਪਿਆਰ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਕੁਝ
ਜੀਵਾਂ ਨਾਲ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ :

ਤਿਅਕਤ ਜਲੰ ਨਹ ਮੀਵ ਮੀਨੰ, ਨਹ ਤਿਆਗਿ ਚਾਤ੍ਰਕ ਮੇਘ ਮੰਡਲਹ

ਬਾਨ ਬੇਧੰਚ ਕੁਰੰਕ ਨਾਦੰ ਅਲਿ ਬੰਧਨ ਕੁਸਮ ਬਾਸਨਹ'

ਅਰਥਾਤ ਮੱਛੀ ਜਲ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਜੀਉਂਦੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿੰਦੀ, ਨ ਚਾਤ੍ਰਕ (ਪਪੀਹਾ)
ਬਦਲਾਂ ਬਿਨਾਂ ਰਹਿ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਹਿਰਣ ਅੰਡੇ ਹੇੜੇ ਦੀ ਸਰੋਂਦ ਅਤੇ ਭਉਰਾ
ਵੁਲ ਦੀ ਵਾਸਨਾ ਰੂਪੀ ਬਾਣ ਨਾਲ ਵਿੰਨਿਆ ਜਾ ਕੇ ਆਪਣਾ ਆਪ ਇਨ੍ਹਾਂ ਉਪਰੋਂ
ਵਾਰ ਦੇਂਦੇ ਹਨ ।

ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਜੈਤਸਰੀ ਦੀ ਵਾਰ ਅੰਦਰ ਇਕ ਪਉੜੀ ਇਉਂ ਦਰਜ ਹੈ :

‘ਜਿਉ ਮਛਲੀ ਬਿਨੁ ਪਾਣੀਐ ਕਿਉਂ ਜੀਵਣੁ ਪਾਵੈ

ਬੰਦਿ ਵਿਹੂਣਾ ਚਾਤ੍ਰਕੋ ਕਿਉਂ ਕਰਿ ਤ੍ਰਿਪਤਾਂਵੈ

ਨਾਦ ਕੁਰੰਕਹਿ ਬੇਧਿਆ ਸਨਮੁਖ ਉਠਿ ਧਾਵੈ

ਭਵਰੁ ਲੋਭੀ ਕੁਸਮ ਬਾਸੁ ਕਾ ਮਿਲਿ ਆਪੁ ਬੰਧਾਵੈ

ਤਿਓਂ ਸੰਤ ਜਨਾ ਹਰਿ ਪ੍ਰੀਤਿ ਹੈ ਦੇਖ ਦਰਸ ਆਯਾਵੈ (ਵਾਰ ਜੈਤਸਰੀ ਮਹਲਾ 5)

ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਦੇਵ ਦੀ ਇਸ ਪਉੜੀ ਅੰਦਰ ਕੁਝ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੇ ਕੇ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹਨ

ਕਿ ਪ੍ਰਭੂ ਪਿਆਰਿਆਂ ਦੀ ਪ੍ਰਭੂ ਨਾਲ ਇਸ ਤਰਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ ਜੈਸੀ ਮੱਛੀ ਦੀ ਪਾਣੀ ਨਾਲ ਹੈ ਮਛਲੀ ਪਾਣੀ ਬਗੈਰ ਇਕ ਘੜੀ ਜੀਉਂਦੀ ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ, ਇਉਂ ਹੀ ਪਪੀਹੇ ਦੇ ਮੂੰਹ ਸ੍ਵਾਂਤ ਬੰਦ ਪਏ ਬਿਨਾ ਲੱਖਾਂ ਪਾਣੀਆਂ ਦੇ ਹੁੰਦਿਆਂ ਵੀ ਉਸ ਨੂੰ ਰਜ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹਿਰਣ ਘੋੜੇ ਹੋੜੇ ਦਾ ਰਾਗ ਅਲਾਪ ਸੁਣ ਉਧਰ ਨੂੰ ਹੀ ਦੇੜਦਾ ਹੈ। ਜਿਧਰੋਂ ਇਹ ਅਲਾਪ ਉਸ ਨੂੰ ਸੁਣਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਉਰਾ ਫੁੱਲ ਦੀ ਸੁਗੰਧੀ ਦੀ ਮਸਤੀ ਵਿਚ ਇਹ ਭੁਲ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਫੁੱਲ ਦੇ ਮਿਟ ਜਾਣ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਮੌਤ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ।

ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਅਜੇਹੀਆਂ ਅਨੇਕ ਮਿਸਾਲਾਂ ਦੁਆਰਾ ਸਮਝਾਇਆ ਹੈ ਕਿ ਜੋ ਸੰਜਣ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਤਰਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਦੇ ਪਿਆਰ ਦੇ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਤਬਾ ਹੋਰ ਦੁਨਿਆਵੀ ਖਾਹਸ਼ ਵਲੋਂ ਉਪਰਾਮ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਵੇਖਨ ਨੂੰ ਭਾਵੇਂ ਅਜੇਹਾ ਹੋਣਾ ਕਠਨ ਜਾਪਦਾ ਹੈ ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਨਾਮ ਰਸ ਦਾ ਸੁਆਦ ਕੀਲ ਲੈਂਦਾ ਅਥਵਾ ਜੋ ਅਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਦੇਨਾ ਸੋਧ ਲੈਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਜ਼ੁਰਤੀ ਨੂੰ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਪਹਿਨਣ ਤੇ ਸੁਖੀ ਜੀਵਨ ਦੇ ਹੋਭ ਸਾਰੇ ਭੋਗ ਭੁਲਾ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੀ

‘ਇਹ ਰਸ ਛੱਡੇ ਉਹ ਰਸ ਆਵਾ’

ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਨਿਸ਼ਚੈ ਹੁੰਦੀ ਅਤੇ ਉਹ ਮੁੜ ਦੁਨਿਆਵੀ ਰਸਾਂ ਵੱਲ ਨਹੀਂ ਝਾਕਦੇ। ਫੁੱਲੇ ‘ਇਹ ਰਸ ਛੱਡੇ ਉਹ ਰਸ ਆਵਾ’ ਦੀ ਕ੍ਰਿਆ ਕਠਨ ਜ਼ਰੂਰ ਹੈ ਇਸ ਬਾਰੇ ਹੀ ਫੁਰਮਾਨ ਹੈ :

‘ਭਗਤਾਂ ਕੀ ਚਾਲ ਨਿਰਾਲੀ’

ਚਾਲਾ ਨਿਰਾਲੀ ਭਗਤਾਂ ਕੋਹੀ ਬਿਖਮ ਮਾਰਗਿ ਚਲਨਾ

ਲਬੁ ਲੋਭੁ ਅਹੰਕਾਰੁ ਤਜਿ ਤਿਸਨਾ ਬਹੁਤ ਨਾਹੀ ਬੋਲਣਾ

ਖੰਨਿਹੁ ਤਿਖੀ ਵਾਲਹੁ ਨਿਕੀ ਏਤੁ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ’

ਬਾਬਾ ਫਰੀਦ ਜੀ ਵੀ ਜਦੋਂ ਇਸ ਚਾਹੇ ਪਏ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਭੀ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕਿਹਾ

ਸੀ :

ਵਾਟ ਹਮਾਰੀ ਖਰੀ ਉਡੀਣੀ

ਖੰਨਿਅਹੁ ਤਿਖੀ ਬਹੁਤੁ ਪਿਓਨੀ—ਉਸ ਉਪਰਿ ਹੈ ਮਾਰਗੁ ਮਰਾ।

ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਨੇ ਭੀ ਜਦੋਂ ਨਿਸਚਾ ਧਾਰ ਲਿਆ :

‘ਏਤਿ ਮਾਰਗਿ ਜਾਣਾ’

ਤਾਂ ਅਪ ਨੇ ਭੀ ਇਸ ਦੇ ਲਈ ਕਠਨ ਤਪ ਸਾਧੇ । ਲਿਖਿਆ ਹੈ ਕਿ ਜਦ ਆਪ ਨੂੰ ਅਜੇਹੇ ਸਾਧਨ ਸਾਧਣ ਦੀ ਚੇਟਕ ਲੱਗੀ ਤਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਇਕੱਲੇ ਭਾਲਣ ਦੀ ਨੀਤੀ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਦੋ ਨਦੀਆਂ ਦੇ ਸੰਗਮ ਤੇ ਜੰਗਲ ਸਮਾਨ ਰੁਖਾਂ ਦੀ ਛਾਂ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆਂ ਤੋਂ ਓਹਲੇ ਵਾਲਾ ਥਾਂ ਮਿਲ ਗਿਆ । ਜਿਥੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਆਵਾਜਾਈ ਬਹੁਤ ਘੱਟ ਸੀ ਜਿਥੇ ਆਪ ਜੀ ਨੇ ਤਿੰਨ ਤਪ ਸਾਧੇ ਲਿਖੇ ਹਨ । ਇਹ ਅਰੰਭ ਕਰਨ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਘਟਾਉਣ ਤੇ ਸੁਖਾਂ ਦਾ ਤਿਆਗ ਅਥਵਾ ਦਿਨ-ਰਾਤ ਦਿਨ ਆਪਣੀ ਨਿਤ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਥੋੜੀ ਕਰਦੇ ਜਾਣ ਅਤੇ ਸਾਰਾ ਸਮਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲਗਾਉਣਾ ਅਰੰਭਿਆ ।

ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਸੰਤ ਜੀ ਦੇ ਸਾਮ੍ਹਣੇ ਪਹਿਲਾ ਸਵਾਲ ਨਿਜੀ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜਾਂ ਸੰਕੁਚਨ ਦਾ ਸੀ । ਸਰੀਰ ਨੂੰ ਲਗਿਆ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡਾ ਦੁਖ ਭੁਖ ਦਾ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਚੂਰ ਕਰਨ ਲਈ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਕਿਤਨਾ ਕੁਛ ਹੋਰ ਕਰਨਾ ਪੈਂਦਾ ਹੈ ਸੰਤਾਂ ਨੇ ਆਪਣੀਆਂ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕੁਚਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿਤਾ । ਜਿਤਨੀ ਖੁਰਾਕ ਰੋਜ਼ ਖਾਂਦੇ ਸਨ ਉਸ ਨੂੰ ਦਿਨੋਂ ਦਿਨ ਘੱਟ ਕਰਦੇ ਅਤੇ ਜਿਵੇਂ ਜਿਵੇਂ ਸਤੀਰ ਸਹਿੰਦਾ ਗਿਆ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਮਿਕਦਾਰ ਘੱਟ ਹੁੰਦੇ ਹੁੰਦੇ ਕੁਝ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਅੱਠ ਪਹਿਰਾਂ ਅੰਦਰ ਕੇਵਲ ਇਕ ਵਾਰ ਖਾਣ ਦੀ ਵਾਦੀ ਪਾ ਲਈ ਬਲਕਿ ਕਈ ਹੋਰ ਦਿਨਾਂ ਵਿਚ ਇਕ ਵਾਰ ਦੀ ਖੁਰਾਕ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੇ ਘਟਾਉਂਦੇ ਕੇਵਲ ਇਕ ਜਾਂ ਦੋ ਬੁਰਕੀਆਂ ਤੇ ਲੈ ਆਂਦਾ ਅਤੇ ਦਿਨ ਰਾਤ ਦੇ ਅੱਠ ਪਹਿਰਾਂ ਵਿਚ ਕੇਵਲ ਇਕ ਬੁਰਕੀ ਹੀ ਖਾਂਦੇ । ਫਿਰ ਇਹ ਭੀ ਛੱਡ ਕੇ ਸਵੇਰੇ ਸਮੇਂ ਇਕ ਪਾਈਆਂ ਦੁਧ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਇਤਨੀ ਹੀ ਸਰਦਾਈ ਪੀਣੀ ਅਰੰਭ ਕਰ ਦਿਤੀ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕੁਝ ਖਾਣ ਵਲੋਂ ਪੂਰਾ ਸੰਕੋਚ ਧਾਰਨ ਕਰ ਲਿਆ ।

ਸਾਧਾਰਨ ਸੂਝ ਵਾਲੇ ਮਨੁੱਖ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਜੀਵਨ ਆਧਾਰ ਨਿਤਾਪ੍ਰਤੀ ਖਾਹੀ ਖੁਰਾਕ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਸਰੀਰਕ ਅਤੇ ਆਤਮਕ ਖੁਰਾਕ ਦੇ ਅੰਤਰ ਨੂੰ ਨਹੀਂ ਸਮਝ

ਮਕਦੇ ਪਰ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਜੀਵਨ ਦਾ ਨਿਰਭਰ ਆਤਮ ਖੁਰਾਕ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਖੁਰਾਕ ਨਾ ਮਿਲਣ ਤੇ ਉਹ ਸਰੀਰਕ ਖੁਰਾਕ ਦੀ ਘਾਟ ਬਹੁਤੀ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ ਕਿਉਂਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੋਰ ਥਾਵਾਂ 'ਤੇ ਟਿਕ ਚੁਕਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸੱਤ ਜੀ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਖਾਣ ਪੀਣ ਦੀਆਂ ਲੋੜਾਂ ਨੂੰ ਸੰਕੁਚਨ ਲਈ ਆਪਣਾ ਮਨ ਪਹਿਲੇ ਹੀ ਬਣਾ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਅਤੇ ਨਿਤਾਘ੍ਰਤੀ ਖਾਧੀ ਜਾਂਦੀ ਖੁਰਾਕ ਵੀ ਨਾਮ ਮਾਤਰ ਅਥਵਾ ਇਕ ਪਾਈਆ ਦੁਧ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ ਨੂੰ ਥੋੜ੍ਹੀ ਸਰਦਾਈ ਤੇ ਸੀਮਤ ਕਰ ਲਿਆ ਹੋਇਆ ਸੀ ਨੇ ਇਸ ਨੂੰ ਭੀ ਘੱਟ ਕਰਨਾ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰ ਦਿੱਤਾ ਅਤੇ ਆਪਣਾ ਧਿਆਨ ਵੇਧਰੋਂ ਸੰਕੋਚ ਕੇ ਅੱਠੋਂ ਪਹਿਰ ਦੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵੱਲ ਲਗਾ ਲਿਆ ਅਤੇ ਸਰੀਰਕ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਲਈ ਕਈ ਵਾਰ ਸਿਮਰਨ ਵਿਚ ਲੱਗੇ ਤੇ ਬੈਠੇ ਬਿਠਾਏ ਹੀ ਥੋੜ੍ਹਾ ਸੌਂ ਭੀ ਲੈਂਦੇ।।

ਪਰ ਅਜੇਹੇ ਗੁਰਮੁਖਾਂ ਦੀ ਨੀਂਦ ਭੀ ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਨਾਮ ਲਿਵ ਲੀਨਤਾ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਜਾਗਦੇ ਸੁਤੇ ਨਾਮ ਰੰਗ ਰੰਗੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹ ਸਾਧਾਰਨ ਸੂਝ ਦੀ ਗੱਲ ਹੈ ਕਿ ਕੋਈ ਗੱਲ ਲਗਨ ਦਾ ਰੂਪ ਲੈ ਲਵੇ ਤਾਂ ਫਿਰ ਉਹ ਉਠਦੇ ਬੈਠਦੇ ਸੌਂਦੇ ਜਾਗਦੇ ਉਸੇ ਦੇ ਧਿਆਨ ਅੰਦਰ ਜੁੜੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਸੁਝਦਾ ਹੀ ਨਹੀਂ—ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ :

‘ਸੈਂ ਦੇਵਾਨਾ ਭਇਆ ਅਤੀਤ,

ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਚਾਵਾਂ ਮਲੂਰਾਂ ਵਲੋਂ ਬੇਲਾਗ ਅਤੀਤ ਹੋ ਜਾਂਦੇ ਹਨ—ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੋਕੀ ਭਾਵੇਂ ਸ਼ੋਦਾਈ ਸਮਝਣ ਜਾਂ ਕੁਝ ਹੋਰ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਦਸ਼ਾ :

‘ਭਇਆ ਦੇਵਾਨਾ ਸਾਹ ਕਾ ਨਾਨਕ ਬਉਰਾਨਾ’

ਵਾਲੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਹ ਆਪਣੇ ਹਿਰਦੇ ਦੀ ਲਗਨ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਕਾਲ ਛੱਡ ਨਹੀਂ ਸਕਦੇ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਇਕੋ ਮੰਗ :

‘ਕਰ ਕਾਸਾ ਦਰਸਨ ਕੀ ਭੂਖ—ਸੈਂ ਦਰਿ ਮਾਂਗਉ ਨੀਤਾ ਨੀਤਾ’ 721
ਦੀ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਸਮਝਣਾ ਭੀ ਆਪਣੇ ਖ੍ਰਿਸਤ ਦੇ ਦਰਸਨ ਦੀ ਇਕ

ਪਿਆਸ ਦੀ ਮਸਤੀ ਦਾ ਰੂਪ ਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਉਨ੍ਹਾਂ ਲਈ ਨੀਦ ਸੁਹਲੀ ਨਾਮ ਦੀ ਭੂਖਾ 901 ਬਣ ਗਈ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਤਰਾਂ ਆਦਮੀ ਰੋਟੀ ਲਈ ਤੇ ਪਿਆਸਾ ਪਾਣੀ ਲਈ ਵਿਲਕਦਾ ਹੈ ਉਹ ਇਉਂ ਨਾਮ ਲਈ ਵਿਲਕਦੇ ਅਤੇ ਅੰਦਰੇ ਅੰਦਰ ਆਪਣੇ ਪ੍ਰੀਤਮ ਨੂੰ ਯਾਦ ਕਰ ਕਰ ਉਸੇ ਪਿਛੇ ਹੋਰ ਸਾਰੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਤੇ ਫੁਰਨੇ ਭੁੱਲ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਉਹ ਤੁਧ ਬਿਨਾਂ ਰੋਗ ਰਜਾਈਆਂ ਦੇ ਚਿੰਤਣ ਨਾਗ ਨਿਵਾਸਾ ਦੇ ਰਹਿਣਾ ਦੇ ਸੁਨੇਹੜੇ ਮਿਤਰ ਪਿਆਰੇ ਨੂੰ ਭੇ ਦੇ ਹੋਇ ਆਪਣੀ ਵਿਆਕਲਤਾ ਦਾ ਵਾਸਤਾ ਪਿਆਰੇ ਪਾਸ ਪਾਉਂਦੇ ਰਹਿੰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ 'ਵਿਨ ਤੁਧ ਹੋਰ ਜਿ ਮੰਗਣਾ ਸਿਰ ਦੁਖਾਂ ਕੇ ਦੁਖ' ਪਰਤਿਤ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਸਿੱਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੀ ਦੀ ਜੀਵਨ ਕਥਾ ਅਜੇਹੇ ਨਾਮ ਪ੍ਰਥਾਏ ਵਿਆਕੁਲ ਹੋਏ ਮਤਜਾਂਤ੍ਰਿਕ ਦੀ ਵਾਰਤਾ ਹੈ ਜਿਸ ਵਾਰਤਾ ਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਗੁਰੂ ਗੋਬਿੰਦ ਸਿੰਘ ਚਰਨਾ ਦੇ ਭਉਰਾ ਬਨ ਵਿਚਰਨ ਦੀ ਕਥਾ ਹੈ

'ਭਇਆ ਦੀਵਾਨਾ' ਸਾਹੂ ਦਾ ਨਾਨਕ ਬਓਰਾਨਾ' ਅਕਾਲ ਪੁਰਖ ਵਲੋਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਬਲਕਿ ਸਾਰੇ ਜੀਵਾਂ ਜੰਤੂਆਂ ਨੂੰ ਬਖਸੀਆਂ ਅਨੇਕ ਦਾਤਾਂ ਵਿਚੋਂ ਇਕ ਅਤਿ ਅਮੋਲਕ ਦਾਨ ਪਿਆਰ ਦੀ ਹੈ। ਹਰ ਕਿਸੇ ਦੀ ਸਰਨਿਕ ਤਥਾ ਦਿਮਾਗੀ ਬਣਤਰ ਅੰਦਰ ਪਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਹਰ ਸਰੀਰ ਭਾਵੇਂ ਇਕ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਪਸ਼ੂ ਪੰਛੀ ਜਾਂ ਅਣਦਿਸਦੇ ਕਿਰਮ ਤੋਂ ਲੈਕੇ ਹਾਥੀ ਅਤੇ ਮਗਰਜਛ ਤਕ ਦਾ ਹੈ

ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਨ ਕੋਈ ਸੋਚ ਇਛਿਆ (ਖਾਹਿਸ਼) ਅਤੇ ਜੀਉਂਦਾ ਰਹਿਣ ਦੀ ਚਾਹ ਮੌਜੂਦ ਹੈ। ਪਰ ਹਰ ਸੋਚ, ਹਰ ਖਾਹਿਸ਼ ਅਤੇ ਹਰ ਚਾਹ ਪਿਛੇ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਸੰਬੰਧਤ ਜੀਵ ਦਾ ਪਿਆਨ ਹੈ ਸਾਰੀਆਂ ਸੋਚਾਂ ਤੇ ਖਾਹਿਸ਼ਾਂ ਪਿਆਨ ਤੋਂ ਪੈਦਾ ਹੁੰਦੀਆਂ

ਅਤੇ ਪਿਆਨ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਪਲਦੀਆਂ ਹਨ ਇਨ੍ਹਾਂ ਅੰਦਰ ਰਬ ਵਲੋਂ ਪਾਈ ਪਿਆਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਨ ਹੁੰਦੀ ਅਥਵਾਂ ਇਹ ਕਿਸੇ ਗੱਲ ਨੂੰ ਪਿਆਨ ਅੰਦਰ ਨ ਲਿਆ ਸਕਦੇ ਤਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਦਾ ਹੋਣਾ ਸੰਭਵ ਨ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਤੋਂ ਸਿਧ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਤੇ ਹਰ ਜੀਵ ਮਾਤਰ ਦੀ ਜਿੰਦਗੀ ਦਾ ਇਕ ਅਤਿ ਅਹਿਮ ਅੰਸ਼ ਪਿਆਨ ਹੈ ਅਥਵਾ

ਮਨੁਖ ਵਲੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹਰ ਗੱਲ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਦਾ ਆਧਾਰ ਉਸ ਗੱਲ ਵੇਨੇ ਦਿਤਾ ਧਿਆਨ ਹੈ। ਕੋਈ ਗੱਲ ਭੀ ਉਸ ਵੱਲ ਧਿਆਨ ਲਾਏ ਬਿਨਾਂ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦੀ। ਪੜਨ ਵਾਲੇ ਬਚੇ ਦਾ ਆਪਣੇ ਸਬਕ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਹੀ ਉਸ ਨੂੰ ਸਬਕ ਯਾਦ ਹੋਵੇਗਾ। ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਦੀ ਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਧਿਆਨ ਦੀ ਵਿਵਸਥਾ ਦਾ ਜ਼ਿਕਰ ਕਈ ਬਾਰ ਕੀਤਾ ਹੈ ਯਥਾ

ਸੂਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਿਜ ਧਿਆਨੁ 'ਪੰਚਾ ਕਾ ਗੁਰੁ ਏਕੁ ਧਿਆਨੁ
ਅਤੇ

ਧਿਆਨ ਕੀ ਕਰਹਿ ਬਤੁਤਿ।

ਬਲਕਿ ਕੰਨੀ ਮੁੰਦਰਾਂ ਪਾਉਣ ਅਤੇ ਸਹੀਰ ਤੇ ਸੁਆਹ ਮਲਣ ਜੇਹੀਆਂ ਸਹੀਰ ਕ੍ਰਿਆਵਾਂ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਕੰਨ ਪਾਏ ਜੰਗੀਆਂ ਪ੍ਰਤੀ ਉਚਾਰੀ ਜਪਜੀ ਦੀ ਪੰਝੀਵੀ ਪੌੜੀ ਵਿਚ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਦੀਆਂ ਮੁੰਦਰਾਂ, ਸਰਮ ਤੇ ਪਤ ਦੀ ਝੋਲੀ ਕੁਆਰੀ ਅਥਵਾ ਸਹੀਰ ਨੂੰ ਵਿਸ ਵਿਕਾਰਾਂ ਵਲੋਂ ਅਛੋਹ ਰਖਣ ਦੀ ਜੀਵਨ ਸ਼ਕਤੀ ਅਤੇ ਪਰਤੀਤ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਦੇ ਡੰਡੇ 'ਧਿਆਨ ਕੀ ਬਿਭੂਤੀ ਕਹਿ ਕੇ ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਉਣ ਨੂੰ ਸੰਤੋਖ ਸਰਮ ਅਤੇ ਪਰਤੀਤ ਆਦਿ ਦੀ ਤੁਲਨਾ ਦਿਤੀ ਹੈ। ਵਾਸਤਵ ਵਿਚ ਮਨੁਖ ਵਲੋਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹਰ ਕੰਮ ਵਿਚ ਉਸ ਦੇ ਧਿਆਨ ਦਾ ਹੋਣਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਜੋ ਕੰਮ ਬੇ-ਧਿਆਨੇ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਉਸ ਵਿਚ ਸਫਲ ਹੋਣਾ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੋ ਸਕਦਾ। ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਦਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਵੀ ਧਿਆਨ ਦਿਤੇ ਬਿਨਾਂ ਹੋ ਸਕਣਾ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਭਗਤੀ ਭਾਵ ਤਥਾ ਸਿਮਰਨ ਭਜਨ ਤੋਂ ਲੈ ਕੇ ਨੀਚ ਤੋਂ ਨੀਚ ਕਰਮ ਚੋਰੀ ਯਾਗੀ, ਵੈਰ ਵਿਰੋਧ ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਅਨਸਰਦੇ ਦੀ ਸੇਵਾ ਸੰਭਾਲ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅਤਿ ਲੋੜਵੰਦ ਦੀ ਲੋੜ ਪੂਰੀ ਕਰਨ ਜਿਹੇ ਪਰਉਪਕਾਰ ਦੇ ਕੰਮ ਵੀ ਤਦੋਂ ਹੀ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਕਰਨ ਵੱਲ ਸਾਡਾ ਧਿਆਨ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਲੋਗ ਦੁਨੀਆਂ ਦੇ ਵਿਹਾਰਕਾਰ ਵਲੋਂ ਤਿਆਗ ਅਥਵਾ ਕਿਨਾਰਾਕਸ਼ੀ ਕਰਦੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਨ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋਣ ਉਨ੍ਹਾਂ ਵਾਸਤੇ ਪਹਿਲੀ ਪੌੜੀ ਆਪਣੇ ਧਿਆਨ ਦਾ control ਹੈ। ਧਿਆਨ ਟਿਕਾਏ ਬਗ਼ੈਰ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਨ ਹੋਣਾ ਹਰਗਿਜ਼ ਸੰਭਵ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਜਪਜੀ ਸਾਹਿਬ ਅੰਦਰ :

‘ਮਨ ਜੀਤੈ ਜਗ ਜੀਤ’

ਜੇਹਾ ਵਰਮਾਣ ਮੌਜੂਦ ਹੈ ! ਜੰਸਾਰ ਮੰਤਰ ਕੋਈ ਹੋਂਦ ਮਨ ਜਿੰਨੀ ਤੇਜ਼ ਰਫਤਾਰ ਨਹੀਂ, ਮਨ ਅੱਖ ਝਮਕਣ ਜਿੰਨੇ ਸਮੇਂ ਅੰਦਰ ਸਾਰੀ ਜਾਣੀ ਪਛਾਣੀ ਦੁਨੀਆਂ ਦਾ ਚੱਕਰ ਕੱਢ ਲੈਂਦਾ ਹੈ । ਇਸੇ ਲਈ ਏਨੇ ਤੇਜ਼ ਰਫਤਾਰ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿਤ ਲੈਣਾ ਜੰਸਾਰ ਦੇ ਜਿਤ ਲੈਣ ਸਮਾਨ ਕਿਹਾ ਹੈ ।

ਪਰੰਤੂ ਏਨੇ ਤੇਜ਼ ਮਨ ਨੂੰ ਜਿਤ ਲੈਣ ਤਥਾ ਬੰਨ੍ਹ ਬਹਾਉਣ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਹੈ । ਜਿਸ ਮਨੁੱਖ ਨੇ ਆਪਣੇ ਮਨ ਨੂੰ ਏਨਾ ਸਾਧ ਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਵਿਚਾਰ ਤੋਂ ਲਾਂਭੇ ਕਦੀ ਨਹੀਂ ਜਾਣ ਦੇਂਦਾ ਉਸ ਨੇ ਮਨ ਜਿਤ ਲਿਆ ਸਮਝੋ ।। ਜੋ ਅਸਲ ਗੱਲ ਧਿਆਨ ਨੂੰ ਯਕਸੂ ਕਰ ਲੈਣ ਅਥਵਾ ਕਿਸੇ ਸਿੱਧੇ ਧਿਆਨ ਤੇ ਟਿਕਾ ਲੈਣ ਦੀ ਹੈ ।

ਇਹ ਸਾਰੀ ਵਿਚਾਰ ਦ੍ਰਿੜ ਕਰਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਮਨ ਨੂੰ ਬੰਨ੍ਹ, ਬਹਾਉਣ ਦਾ ਮੁਜ਼ਦ (ਬੰਨ੍ਹ ਲੈਣ ਵਾਲਾ) ਉਸ ਦਾ ਧਿਆਨ ਹੈ ਅਥਵਾ ਧਿਆਨ ਦੀ ਯਕਸੂਈ (ਪਕੜ) ਹੀ ਮਨ ਅਚੱਲ ਅਤੇ ਮੈਦਾਨ ਜਿਹਾ ਪਧਰਾ ਕਰ ਲੈਂਦੀ ਹੈ । ਇਸ ਪਰਥਾਏ ਹੀ ਸੇਖ ਫਰੀਦ ਜੀ ਨੇ ਕਿਹਾ ਸੀ ਕਿ ਜੇ ਤੂੰ ਦੋੜਖ ਦੀ ਅੱਗ ਤੋਂ ਬਚਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈਂ ਤਾਂ :

‘ਫਰੀਦ ਮਨ ਮੈਦਾਨ ਕਢਿ ਟੈਇ ਟਿਥੇ ਲਾਹਿ

ਅਗੈ ਮੂਲਿ ਨ ਆਵਸੀ ਦੋੜਕ ਸੰਦੀ ਭਾਹਿ ।’

ਜਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੱਕੀ ਸੜਕ ਵੇਸ਼ੇ ਪਧਰੇ ਅਤੇ ਸਾਫ਼ ਰਸਤੇ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਰਵਾਂ ਰਵੀਂ ਤੁਰਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਸ ਨੂੰ ਕੋਈ ਔਖ ਪਰਤੀਤ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ । ਪਰੰਤੂ ਜੇ ਰਸਤੇ ਵਿਚ ਟੈਇ ਟਿਥੇ ਹੋਣ ਤਾਂ ਪਾਧੀ ਹਰ ਕਦਮ ਸੌਚ ਸਮਝ ਕੇ ਪੁਟਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਬੇ ਖਟਕੇ ਰਵਾਂ ਰਵੀਂ ਨਹੀਂ ਤੁਰ ਸਕਦਾ ਇਉਂ ਹੀ ਜੇ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਮਨ ਭਾਂਤ ਭਾਂਤ ਦੇ ਸੰਸਿਆਂ ਫਿਕਰਾਂ ਤੋਂ ਬੇ ਲਾਗ ਹੈ ਤਾਂ ਉਸ ਦਾ ਜੀਵਨ ਸੁਹੇਲਾ ਤੇ ਸੁਖੀ ਰਹਿੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਹ ਆਪਣੀ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਭਰ ਦੀ ਮੰਜ਼ਲ ਸਹਿਜੇ ਪੂਰੀ ਕਰ ਲੈਂਦਾ ਹੈ ਪਰ ਇਸ ਦੇ ਉਲਟ ਫਿਕਰਾਂ ਅੰਦਰ ਗ੍ਰਸਤ ਮਨੁੱਖ ਦਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਇਕ

ਕਠਨ ਮਜ਼ਲ ਬਣ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਇਉਂ ਹੀ ਮੈਦਾਨ ਦੀ ਤਰਾਂ ਪਥਰਾ ਅਥਵਾ ਬੇਫਿਕਰ ਮਨੁੱਖ ਆਪਣਾ ਸਾਰਾ ਜੀਵਨ ਸੁਖੀ ਬਿਤਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ।

ਸੋ ਧਿਆਨ ਇਕ ਐਸੀ ਸੁਤੇ ਔਲਿਕਕ ਵਸਤੂ ਵਹਿਗੁਰੂ ਵਲੋਂ ਮਨੁੱਖ ਨੂੰ ਮਿਲੀ ਹੋਈ ਹੈ ਜਿਸ ਦੇ ਸਿਰ ਤੇ ਮਨੁੱਖ ਦੇ ਸਾਰੇ ਕਾਰਜ ਸਿਧ ਹੁੰਦੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ । ਬੇਧਿਆਨੇ ਕੀਤਾ ਕੋਈ ਕੰਮ ਭੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਬਿਪਤਾ ਖੜ੍ਹੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਇਸ ਲਈ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਜੋ ਕੰਮ ਕਰਨ ਲਗੇ ਹੋ ਬਲਕਿ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਕੋਈ ਦੁਖ ਸੁਖ ਜਾਂ ਨਰੇ ਨੁਕਸਾਨ ਦੀ ਗੱਲ ਹੀ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਚ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਇਸ ਕਦਰ ਲਗਿਆ ਹੋਵੇ ਕਿ ਉਸ ਵਲੋਂ ਤੁਹਾਡਾ ਧਿਆਨ ਉਸ ਗੱਲ ਤਕਾ ਉਸ ਮਨੁੱਖ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹੋਰ ਕੁਝ ਨ ਚਿਤਵੇ । ਮਨੁੱਖ ਦੀ ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ ਨੂੰ :

‘ਲਾਗੈ ਸਹਿਜ ਧਿਆਨ’

ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਮਨ ਦੀ ਇਸ ਅਵਸਥਾ ਵਿਚ ਮਨ ਸੁਤੇ ਸਿਧ ਅਥਵਾ ਨਿਰਯਤਨ ਜਾਂ ਸੁਭਾਵਕ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਜਾਂ ਯਤਨ ਕਰਨ ਦੇ ਟਿਕ ਜਾਂਦਾ ਹੈ । ਇਸ ਪ੍ਰਕਾਰ ਟਿਕ ਚੁਕਿਆ ਮਨ ਫਿਰ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਵੰਨੇ ਨਹੀਂ ਭਟਕਦਾ—ਇਹ ਮਨ ਦੇ ਪੂਰਨ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਦੀ ਹਾਲਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਿਸ ਹਾਲਤ ਵਿਚ ਮਨ ਵਿਚਾਰ ਅਧੀਨ ਵਿਸ਼ੇ ਤੋਂ ਬਾਹਰ ਹਰਗਿਜ਼ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ । ਮਨ ਦੇ ਅਸਿਹੇ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਲਈ ਮਨ ਅੰਦਰ ਪਿਆਰ ਪ੍ਰੇਮ ਦੀ ਭਾਵਨਾ ਦਾ ਹੋਣਾ ਅਤਿਅੰਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਬਲਕਿ ਗੁਟਬਾਣੀ ਅੰਦਰ :

‘ਅੰਤਰਿ ਗੋਬਿੰਦ ਜਿਸੁ ਲਾਗੈ ਪ੍ਰੀਤਿ’

ਜੈਸੇ ਫੁਰਮਾਨ ਮੰਜੂਦ ਹਨ ।

ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਨਿਰਾ ਰਾਮ ਰਾਮ ਅਲਹ ਅਲਹ ਜਾਂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਵਾਰ ਵਾਰ ਕਹੇ ਜਾਣ ਤੇ ਸੀਮਤ ਕਰਨ ਨੂੰ ਅਜੀਂ ਮੁੱਖਕ ਸਿਮਰਨ ਤਾਂ ਕਹਿ ਸਕਦੇ ਹਾਂ, ਪਰ ਜਿਸ ਸਿ-ਰਨ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਗੁਰਬਾਣੀ ਅੰਦਰ ਵਾਰ ਵਾਰ

ਕੀਤੀ ਹੈ ਅਤੇ ਜਿਸ ਨੂੰ ਸ਼ਹੀਦੀ ਤੌਰ ਤੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਵਰਤਮਾਨ ਹੈ :

‘ਸੁਖਮਨੀ ਸੁਖ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪ੍ਰਭ ਨਾਮੁ—ਭਗਤ ਜਨਾ ਕੈ ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਵਾਸ’
ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਮਨ ਨੇ ਉਸ ਸਿਮਰਨ ਨੂੰ ਗ੍ਰਹਿਣ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਉਸ ਉਚਾਰੇ ਨਾਮ ਨੇ ਧੁਹ ਨਹੀਂ ਪਾਈ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਐਸਾ ਉਚਾਰਨ ਹਾਲਾ ‘ਮਨਿ ਬਿਸ੍ਵਾਸ’ ਤੋਂ ਕੋਹਾਂ ਦੂਰ ਹੈ। ਨਾਮ ਦੇ ਹਿਰਦੇ ਬਿਸ੍ਵਾਸ ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਦੀ ਵਡਿਆਈ ਇਉਂ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ :

‘ਜਿਨਾਂ ਅੰਤਰਿ ਨਾਮੁ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ ਤਨਿ ਕੈ ਕਾਜ ਦੇ ਆਂਦੇ ਰਾਸ’
ਤਿਨ ਚੁਕੀ ਮੁਹਤਾਜੀ ਲੋਕਲ ਦੀ ਹਰਿ ਪ੍ਰਭ ਅੰਗਿ ਕਰਿ ਬੈਠਾ ਪਾਸਿ’

ਜੇਕਰ ਸਾਡੇ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਨੇ ਐਸੀ ਅਵਸਥਾ ਪੈਦਾ ਕਰ ਦਿਤੀ ਹੈ ਤਦ ਤਾਂ ਸਾਡਾ ਨਾਮ ਲਿਆ ਮੁਬਾਰਕ ਤੇ ਸਫਲ ਹੈ ਪਰ ਜੇ ਇਸ ਵਿਚ ਕਸਰ ਹੈ ਤਾਂ ਸਾਲੀ ਅਵਸਥਾ :

ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ’

ਦੀ ਹਾਲਾਂ ਨਹੀਂ ਬਣੀ—ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਸਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰੋਂ ਮਿਲਦੀ ਹੈ। ਪਿਆਸੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਮਿਲਣ ਅਤੇ ਉਸ ਦੀ ਪਿਆਸ ਮਿਟ ਜਾਣ ਵਾਂਗ ਅੰਦਰ ਵਸੇ ਨਾਮ ਨੇ ਇਸ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਭਰਨੀ ਹੈ ਕਿਸ ਬਾਹਰ ਦੀ ਵਾਹ ਵਾਹ ਨਾਲ ਗਲ ਬਣ ਨਹੀਂ ਸਕਦੀ, ਇਹ ਤਾਂ :

‘ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ’

ਦੀ ਦਸ਼ਾ ਉਪਜਾਉਣੀ ਹੈ। ਜਿਸ ਦੇ ਲਈ ਮਨ ਦਾ ਟਿਕਾਉ (concentration) ਪਹਿਲੀ ਗੱਲ ਹੈ—ਟਿਕਾਉ ਵਿਹੂਣਾ ਸਿਮਰਨ—

‘ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭ ਕੋ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮੁ ਨਾ ਹੋਇ’

ਵਾਲੀ ਗੱਲ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਪਾਠ ਵਿਹਾਰ ਆਮ ਤੌਰ ਹੀ ਅਜੇਹਾ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ ਕਿ ਅਸੀਂ ਸਵੇਰੇ ਸ਼ਾਮ ਜਪੁ ਜਾਪੁ ਰਹਿਰਾਸ ਸਾਰਾ ਕੁਛ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਪਰ ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਅੰਦਰ ਝਾਤ ਪਾ ਕੇ ਕਦੀ ਵੇਖਣ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਕਿ ਕੀ ਸਾਡੇ ਕੀਤੇ ਪਾਠਾਂ

ਨੈ ਕਦੀ ਸਾਡੇ ਅੰਤਰ ਆਤਮੇ ਭੀ ਧੂਹ ਪਾਈ ਹੈ ਜਾਂ ਕੇਵਲ ਸਾਡੇ ਹੱਥ ਹੀ ਹਿਲਦੇ ਹਨ। ਜੇ ਤਾਂ ਸਾਡੇ 'ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ' ਦੇ ਫੁਰਮਾਣ ਅਨੁਸਾਰ ਭੀ ਸਾਡੇ ਹਿਰਦੇ ਨੂੰ ਪਾਠ ਪੜ੍ਹਨ ਸੁਨਣ ਨੇ ਟੁੱਥਿਆ ਹੈ ਤਾਂ ਮੁਬਾਰਕ ਹੈ ਸਾਡਾ ਕੀਤਾ ਪਾਠ ਪਰ ਜੇ ਅਸਾਂ ਆਪ ਵੀ ਪਾਠ ਨਹੀਂ ਸੁਣਿਆ ਤਾਂ (ਐਸੇ ਪਾਠ ਦਾ ਕਿੰਨਾ ਕੁ ਲਾਭ ਹੋਵੇਗਾ। ਸਿਵਾਇ ਇਸ ਤਸੱਲੀ ਦੇ ਕਿ ਅਸਾਂ ਪਾਠ ਕਰ ਲਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਨਿਤਨੇਮੀ ਆਪ ਵੀ ਸਮਝ ਲਵੇਗਾ।

ਸਮਾਂ 'ਅੰਤਰਿ ਨਾਮ ਨਿਧਾਨ ਹਰਿ'

ਦੀ ਅਵਸਥਾ ਅੰਦਰ ਵਿਚਰਨਾ ਹੈ। ਅਜੇਹੀ ਅਵਸਥਾ ਵਾਹਿਗੁਰੂ ਦੀ ਅਪਾਰ ਬਖਸ਼ਿਸ਼ ਅਤੇ ਗੁਰਬਾਣੀ ਦੇ ਅੰਤਰ ਅਭਿਆਸ ਦੁਆਰੇ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਇਸੇ ਪਰਥਾਏ ਗੁਰੂ ਬਾਣੀ ਰਾਹੀਂ ਗੁਰੂ ਦੇ ਲੜ ਲਗਣ ਦੀ ਅਵਸ਼ਕਤਾ ਦ੍ਰਿੜਾਈ ਹੈ।

‘ਬਾਣੀ ਗੁਰੂ ਗੁਰੂ ਹੈ ਬਾਣੀ ਵਿਚ ਬਾਣੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਸਾਰ’

ਗੁਰਬਾਣੀ ਕਹੈ ਸੇਵਕ ਜਨ ਮਾਨੈ ਪਰਤੱਖ ਗੁਰੂ ਨਿਸਤਾਰੇ ਅਤੇ

ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦੀ ਰਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾਂ ਫਲ ਪਾਵੈ ਕੋਇ’ (ਗੁ: ਮਹੱਲਾ ੩)

ਇਹ ਵਡਿਆਈ ਸੰਤ ਅਤਰ ਸਿੰਘ ਜੈਸੀਆਂ ਮਹਾਨ ਹਸਤੀਆਂ ਨੂੰ ਹੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਆਪਣਾ ਆਪ ਨਾਮ ਪ੍ਰਾਇਨ ਕਰਕੇ :

‘ਗੁਰਮੁਖ ਕੋਟ ਉਧਾਰਦਾ ਭਾਈ, ਜੇ ਨਾਵੇ ਏਕ ਕਵੀ’

ਦੇ ਫੁਰਮਾਣ ਤੇ ਪਹਿਰਾ ਦਿਤਾ।

ਪੰਜਾਬੀ ਬੋਲੋ

ਪੰਜਾਬੀ ਲਿਖੋ

ਪੰਜਾਬੀ ਪੜ੍ਹੋ

ਹਮੇਸ਼ਾ ਯਾਦ ਰਖੋ :

ਸੁੰਦਰ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਫਿਜ਼ਾਇਨਾਂ ਵਿਚ ਛਪਾਈ ਲਈ

ਐਨਸੰਨ ਪ੍ਰਿੰਟਰਜ਼

ਦੁਕਾਨ ਨੰਬਰ 86, ਗੁਰਦੁਆਰਾ ਦੁਖ ਨਿਵਾਰਨ ਬਜਾਰ,

ਪਟਿਆਲਾ ਫੋਨ ਨੰਬਰ : 70564